



# GIULIA LAI



## CONTATTI

0039 3495550819

dott.ssagiulialaidietista@gmail.com

www.dietistanutrizionistacagliari.com



## TITOLO DI STUDIO

Laureata in Dietista a Roma presso la facoltà della Cattolica del Sacro Cuore.  
Votazione: 110 su 110 e lode.  
Praticato presso l'ospedale "A.Gemelli" 1500 ore di tirocinio.



## ESPERIENZE SUL CAMPO

- Volontaria come Dietista all'evento "Race of the Cure" presso il "Circo Massimo" (Roma) negli anni 2014-2015-2016.
- Volontaria come Dietista all'evento "Tennis&Friends" presso il "Foro Itálico" (Roma) negli anni 2014-2015.
- Sviluppo di un prontario dietetico per una casa famiglia nel 2016.
- Esposizione come Relatrice al Master di I Livello "Alimentazione per la salute, il benessere e lo sport" e al Master di II Livello "Dietetica e nutrizione" con sede A. Gemelli di Roma.
- Argomento esposto "Salviamo un alimento: Alga Kombu".



## COMPETENZE

- ✓ ABILITA' INFORMATICHE DI BASE
- ✓ INGLESE A1



## QUALITA' PERSONALI

- ✓ ABILITA' DI LAVORO IN TEAM
- ✓ COLLABORATIVA
- ✓ ORGANIZZATA
- ✓ AFFIDABILITÀ



## ESPERIENZE LAVORATIVE

### Dipendente Corisar

2017 - 2018 Cagliari

Laboratorio di educazione alimentare presso la scuola d'infanzia e media di Silius.

### Libero professionista (Dietista)

Dal 2017 presso V. Bayle 3 (Cagliari)

Praticante come libero professionista e apertura partita IVA.



## CORSI FORMATIVI

Nutrizione e Sport: approcci classici e nuove frontiere ed. 2

**Primo corso residenziale di nutrizione nella malattia renale cronica centro di nefrologia e dialisi**

Deratologia: la pelle, integratori e vitamine

**Allergie e intolleranze alimentari**

**La dieta Chetogenica: definizione e applicazioni cliniche nel paziente con eccesso di peso**

**Body Composition Conference**

**Il blocco metabolico nella donna**

**La psiconutrizione nei DCA**

**Alimentazione ed integrazione nelle patologie neurodegenerative**

**Sport: il giusto intreccio tra alimentazione, salute e integrazione**

**Linea di confine: la Menopausa. Caratteristiche mediche, endocrinologiche e psicologiche in una fase di cambiamento. L'importanza di una corretta nutrizione, il ruolo della sessualità e di un'adeguata attività motoria.**

**Probiotici e benessere intestinale**