



CHIARA DIAMANTE BOSOTTI

Biologa Nutrizionista

Dott.ssa in Scienze della Nutrizione

Dott.ssa in Scienze Motorie

ANAGRAFICA

Nata a Milano l'11 agosto 1993

Residente in Via Campanella 13
Cinisello Balsamo (MI)

PROFILO

Si rivolgono a me non solo persone con problemi di peso ma anche persone che desiderano beneficiare di una sana alimentazione o bilanciare la dieta quotidiana, come atleti, vegetariani, diabetici, bambini, adolescenti e persone con allergie o intolleranze alimentari.

La mia carriera di 20 anni come atleta della nazionale di pattinaggio sul ghiaccio, mi ha permesso di crescere adottando uno stile di vita basato sul movimento e sulla sana alimentazione, per questo il mio obiettivo, oltre al dimagrimento e al raggiungimento del benessere del paziente, è legato all'educazione alimentare.

Come professionista della salute mi impegno quindi, a fornire maggior consapevolezza al paziente riguardo la nutrizione e l'attività fisica più adatti, con la naturale conseguenza di raggiungere l'immagine corporea desiderata.

Scelgo di non stravolgere le abitudini dei miei pazienti, ma di accompagnarli, gradualmente, a una nuova consapevolezza del proprio corpo.

Un'alimentazione attenta, per qualità, quantità e varietà, calibrata sui gusti e sulle necessità personali, è il mezzo migliore per raggiungere questa condizione.

ISTRUZIONE

Diploma Liceo Classico

Luglio 2013

Laurea triennale in Scienze Motorie e dello Sport

Interfacoltà di Medicina e Chirurgia

Settembre 2013 – Novembre 2016

Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano

Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana

Gennaio 2017 – Luglio 2019

Università San Raffaele, Roma

Iscrizione all'albo dei Biologi (ONB) n°AA_084424

Master in Nutrizione e Integrazione nello Sport – SANIS ESNS

Da Novembre 2020 – Giugno 2021

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Biologa Nutrizionista

Da settembre 2019 a febbraio 2020

Ho svolto consulenze nutrizionali affiancata da un medico.

Da marzo 2020

Svolgo visite nutrizionali presso un ambulatorio medico e collaboro con altri specialisti.

Durante la visita viene chiesta un'anamnesi medica e nutrizionale, viene effettuata l'analisi corporea attraverso la BIA (BIA101 BIVA - Akren) e viene poi studiato un piano alimentare personalizzato secondo le esigenze del paziente. Le mie diete sono studiate in modo da poter essere facilmente seguite, permettendo di ottenere risultati tangibili grazie all'ottima compliance al piano alimentare. Il mio obiettivo non ha come unico fine il "dimagrimento" ma la ricomposizione corporea.

Collaboro come nutrizionista sportiva presso ASD Precision Skating Milano (Nazionale di Pattinaggio Sincronizzato su Ghiaccio), Vaporart Bernareggio Basket (serie B) e altre società sportive.

Da giugno 2021

Collaboro come nutrizionista nel reparto pediatrico dell'Ospedale Bassini svolgendo attività ambulatoriale per i pazienti con disturbi alimentari.

Tirocinio curricolare universitario

Presso l'Ospedale San Gerardo (Monza) fondazione MBBM nel reparto pediatrico di "Malattie Metaboliche".

CONTATTI

TELEFONO:
347 17 12 976

INDIRIZZO DI POSTA ELETTRONICA:
info@chiaradiamantebosotti.com
chiaradiamante.bosotti@biologo.onb.it

SITO INTERNET:
www.chiaradiamantebosotti.com

PROFILO LINKEDIN
Chiara Diamante Bosotti

INSTAGRAM
dott.chiaradiamantebosotti

FACEBOOK
Dott.ssa Chiara Diamante Bosotti

AMBULATORI

Via Libertà 109, Cinisello B. (MI)

Via Ressi 22, Milano

Via Milano 11, Chiesa in Valmalenco (SO)

LINGUE

INGLESE – livello B1/B2
SPAGNOLO – base

Possiedo patente cat. B e sono
automunita.

Personal Trainer

Dal 2017

Svolgo attività di personal training presso la mia palestra privata.

Dopo aver definito gli obiettivi insieme al cliente, programmo allenamenti personalizzati che vadano incontro alle esigenze del cliente.

La mia filosofia nello sport mi porta a credere che ognuno di noi necessiti di allenamenti cuciti sulle proprie abilità, che cerchino di migliorare i nostri limiti e di raggiungere le nostre aspirazioni.

Il mio background da pattinatrice mi porta ad elaborare allenamenti incentrati sulla consapevolezza del proprio corpo attraverso il pilates, ginnastica posturale e allenamenti funzionali.

Lo scopo finale è di allenare o sviluppare le capacità motorie, che spesso vengono dimenticate.

Istruttrice di pattinaggio su ghiaccio e preparatrice atletica

Dal 2013

Istruttrice FISG - Tessera n°302679

Ho lavorato e concluso la mia attività come istruttrice di pattinaggio presso: l'ASD "Club del Ghiaccio" a Desio e l'associazione GEAS presso Palasesto (Sesto San Giovanni).

Impartisco lezioni private su richiesta e collaboro con l'ASD Precision Skating Milano come istruttrice e preparatrice atletica.

ATTIVITÀ AGONISTICA

Atleta agonista - Pattinatrice su ghiaccio

Dal 1999 al 2019

Pattinatrice nel team "Hot Shivers" - Campionesse Italiane di Pattinaggio Sincronizzato su Ghiaccio dal 1993, sin dalla prima edizione nel 1999, la squadra vince il titolo nazionale e rappresenta l'Italia ai campionati mondiali. Ho partecipato a tutte le edizioni dei campionati mondiali dal 2010 gareggiando per la categoria "Senior". Sono stata capitano della squadra nella stagione 2018-2019, durante il quale abbiamo raggiunto il miglior risultato a livello mondiale classificandoci come 5° nazione ai Campionati Mondiali ("World Synchronized Skating Championship").

Ho a malincuore interrotto la mia attività agonistica per potermi concentrare interamente sulla carriera lavorativa.

Partecipazione a spettacoli su ghiaccio

Partecipazione al Gala "Golden Celebrities On Ice" al Palalottomatica (Roma) - Partecipazione all' "Ice Gala" al Palaonda (Bolzano) - Partecipazione ad "Opera On Ice" all'Arena di Verona - Partecipazione a "Intimissimi OperaPop On Ice" all'Arena di Verona - Partecipazione a "Intimissimi On Ice" all'Arena di Verona e Piazza degli Scacchi a Marostica.

RICONOSCIMENTI

Vincitrice del Bando "Atleta Eccellente, Eccellente Studente" istituito dal CONI

2017 e 2019

Il Progetto promuove valori legati ai livelli di eccellenza nella vita dell'atleta e intende promuovere le esperienze di successo in ambito sportivo nonché formativo, di cui il diploma di laurea ne costituisce il simbolo riassuntivo. Il Bando, istituito dal Comitato Direttivo CNA ed approvato dalla Giunta del CONI, è rivolto ai giovani atleti che hanno conseguito il diploma di laurea durante la militanza nelle squadre nazionali per concorrere ad un premio in denaro e una Menzione d'onore.

Medaglia di Bronzo al Valore Atletico

2017 e 2018

La medaglia di bronzo al valore atletico è un'onorificenza conferita dal CONI, fino ad ora sono stata premiata con questa medaglia per la stagione 2016-2017 e 2017-2018, avendo concluso la mia attività agonistica nella stagione 2018-2019, attendo la consegna della terza medaglia per la mia ultima stagione agonistica in rappresentanza dell'Italia.