



Dott.ssa Martina Baldin

Biologa nutrizionista



www.foodmamy.it



340 5472038



baldinmarti@gmail.com

RIEPILOGO

Sono Biologa Nutrizionista appassionata di salute e benessere, da anni impegnata nell'educare all'importanza di seguire uno stile alimentare corretto, consapevole ed equilibrato per mantenere un corpo giovane, attivo e sano... Reputo che la sana alimentazione sia un vero e proprio stile di vita da portare avanti per sempre e condividere con i nostri figli e famigliari. Ho una personalità propositiva e dinamica, so effettuare valutazioni antropometriche e raccolgo con precisione bisogni e necessità nutrizionali della persona per elaborare piani dietetici su misura, impegnandomi a offrire un'assistenza di alta qualità e spronando la persona a raggiungere i risultati nei tempi stabiliti. Mi avvalgo di ottima conoscenza dell'uso degli strumenti di monitoraggio e valutazione.

CARRIERA

• 2026 - PRESENTE

Biologa nutrizionista autonoma

BIOLOGA NUTRIZIONISTA

- Esperienza Professionale / Competenze Chiave
- Educazione alimentare personalizzata
- Visite nutrizionali per adulti, bambini e adolescenti
- Elaborazione di piani alimentari equilibrati, personalizzati sul gusto individuale e orientati al raggiungimento dello stato di salute ottimale
- Educazione al "piatto equilibrato" come strumento pratico di alimentazione consapevole
- Approccio integrato corpo-mente
- Analisi e gestione del rapporto tra emozioni e comportamento alimentare
- Percorsi di consapevolezza alimentare per trasformare il cibo da "nutrimento emotivo" a "nutrimento fisiologico"
- Supporto nel riconoscimento della fame fisica vs fame emotiva
- Prevenzione e promozione della salute
- Programmi nutrizionali preventivi per ridurre il rischio di patologie croniche
- Approccio educativo sostenibile e non restrittivo
- Accompagnamento verso l'autonomia alimentare e il benessere duraturo

Farmacista • 2014/2018 • Ho lavorato presso la farmacia Trevisani. Farmacia Cacciatori e Parafarmacia Medipharma

Gelataia • 2008/2013 • Ho lavorato presso la gelateria "le Lucciole", dove ho imparato il rapporto con il pubblico, il lavoro di team e la passione per il lavoro che si svolge.

ISTRUZIONE

Laurea triennale in Scienze della nutrizione umana • 2021 • Laurea in scienze della nutrizione umana presso l'università San Raffaele di Milano e seguente iscrizione all'albo dei Biologi

Laurea magistrale in Farmacia • 2013 • Laurea Magistrale in Farmacia presso l'università di Ferrara

Diploma di scuola superiore • 2009 • Liceo classico Ludovico Ariosto di Ferrara

COMPETENZE

Gestione e coordinamento di team multidisciplinare con sviluppo di protocolli operativi condivisi e sistemi di formazione interna. Capacità di comunicazione empatica e personalizzazione nell'approccio al paziente, integrando aspetti nutrizionali, psicologici e motivazionali per favorire il cambiamento sostenibile. Leadership imprenditoriale, sviluppando strategie di marketing, sales process e scaling del business nel settore wellness.