

Lidia Tosto



Informazioni di contatto

13/10/1993 – Roma (Rm)
Via V. Mazzola, 38 – 00142
+39 328 777 5362
lidtosto@gmail.com
LinkedIn: Lidia Tosto

Qualifiche ed interessi:

Biologa Nutrizionista
Nutrizione clinica
Master in Diritto e Sostenibilità Agroalimentare
Lead Auditor per SGQ ISO 9001:2015 e ISO 19011:2018
Sicurezza, assicurazione e controllo qualità alimentare

Esperienze

Studio polispecialistico privato e Clinica Fabia Mater - Roma

04/2019 – in corso

Biologa Libero professionista

Consulenze in tema di educazione alimentare; elaborazioni di protocolli dietetici personalizzati per soggetti sani o con patologie in età adulta o pediatrica.

BioRistoro Italia S.R.L - Roma

04/2019 – 10/2021

Addetta ufficio dietetico

Collaborazione con SIAN dei Dipartimenti di Prevenzione ASL territorialmente competenti per protocolli di approvazione di menù destinati a strutture scolastiche, private e socio-assistenziali (RSA); pianificazione e svolgimento di corsi in tema di educazione alimentare per clienti e piccola utenza (scuole infanzia, I e II grado).

Ministero della Salute (DGISAN) - Roma

10/2020 - 03/2021

Stagista Ufficio 1 (affari generali) e Ufficio 5 (nutrizione e informazione ai consumatori)

Assistenza durante la revisione dello schema di Legge D.Lgs 24/2021 in materia di controlli sanitari ufficiali; studio ed aggiornamento della normativa nazionale in materia di igiene, sicurezza ed etichettatura alimentare.

Ospedale S. Eugenio - Roma

09/2018 – 04/2019

Volontaria Servizio di Dietologia e UOSD Nutrizione Clinica Servizio di Nutrizione Artificiale Domiciliare

Supporto ambulatoriale al Team Medico e Dietologico durante le visite ospedaliere per pazienti esterni e in corso di degenza.

Istruzione e formazione

Master in sostenibilità dei sistemi alimentari e della dieta mediterranea – Roma

03/2022 – 09/2022

Istituto agronomico del Mediterraneo – Ordine Nazionale dei Biologi

Food Safety master classes - Napoli

11/2021 – 02/2022

Ordine Nazionale dei Biologi

Corso intensivo in ambito di sicurezza, etichettatura e sostenibilità alimentare.

Master di II livello in Diritto Alimentare - Roma

01/2020 - 03/2021

Università degli studi Roma Tre - Dipartimento di Giurisprudenza

Studio ed analisi della normativa agroalimentare a livello globale, Europeo, Nazionale con discussioni di casi giurisprudenziali.

Laurea Triennale e Magistrale in Scienze dell'alimentazione e nutrizione umana - Roma

09/2012 – 03/2018

Università Campus Biomedico di Roma

Tirocinio svolto presso centro residenziale contro i Disturbi del Comportamento Alimentare (Todi) e presso CONI Istituto di Medicina e Scienza dello Sport (Roma).

Lingue e conoscenze informatiche

- Lingue: Italiano (madrelingua), Inglese (B2), Spagnolo (A2).
- Competenze IT: Pacchetto Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Access, Skype for Business); piattaforme di comunicazione digitale: Microsoft Teams, Skype, Google Meet, Zoom, Cisco Webex.

Altre attività e interessi

- Svolgimento di attività libero-professionale in qualità di consulente esterno per Auditor HACCP (09/2024 - in corso).
- Storico di pratica natatoria agonistica a livello nazionale ed internazionale.

Ulteriori competenze e titoli

- Corso Microbiota, Alimentazione e Disturbi Funzionali cronici gastrointestinali; Università Campus Bio-Medico, 11/23.
- Esecutore abilitato al primo soccorso BLSD/PBLSD: corso per (Pediatric) Basic Life Support and Defibrillation; ARES 188 Lazio, 04/21.
- Corso La dieta chetogenica aspetti teorici&pratici; Nutrimedifor, 01/19.
- Corsi erogati da Slam Corsi e Formazione: Alimentazione Vegetariana, Viaggio nel Microcircolo, Laboratorio nella gestione delle più comuni patologie gastrointestinali, La dieta chetogenica: strategia funzionale in condizioni fisiopatologiche, Nutrizione nelle prime fasi di vita, Sport Nutrition, 2019.
- Abilitazione all'esercizio della professione ed iscrizione all'ordine nazionale dei biologi (ONB) sez. A numero AA_081249, 09/18.
- Corso L'altra faccia della medaglia. Iperattività, sport e disturbi del comportamento alimentare, USL Umbria 1, 05/18.