

# Ilaria Dalla Riva

## Biologa Nutrizionista

### INFORMAZIONI PERSONALI



*Dr. Ilaria Dalla Riva*  
*Biologa Nutrizionista*

 Studi di Nutrizione

Oristano : Via Vinea Regum n°65  
Cagliari: Via Pietro e Maria Curie n°6

 335 72 78 077

 [ilriadallarivanutrizionista@gmail.com](mailto:ilriadallarivanutrizionista@gmail.com)

 [ilriadallarivanutrizionista.wordpress.com](http://ilriadallarivanutrizionista.wordpress.com)

**C.F.** DLLLRI89E43G113H

**P.IVA** 01196910952

**Data di nascita** 03/05/1989

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

---

Luglio 2016 Biologo Nutrizionista, libero professionista  
Dal 27 luglio 2016 Iscritta all'Albo Nazionale dei Biologi, AA\_075985

Nei miei studi di Oristano e Cagliari mi occupo di:

**Valutazione dei fabbisogni nutritivi ed energetici**

**Valutazione della composizione corporea e del metabolismo energetico tramite analisi bioimpedenziometrica con strumentazione AKERN BIA 101**

**Elaborazione piani alimentari personalizzati ed educazione alimentare: in condizioni fisiologiche, in condizioni di vita particolari come ritmi di lavoro stressanti, gravidanza, allattamento, menopausa, terza età, ecc.; per bambini e adolescenti; piani alimentari familiari; in caso di patologie accertate (malattie del metabolismo, patologie croniche, allergie e intolleranze, sindromi da carenza vitaminica e minerale, fibromialgia, dislipidemie, diabete, patologie autoimmuni, ecc.); disturbi intestinali e digestivi.**

**Dietoterapia preventiva e adiuvante nel cancro.**

**Diplomata in Medicina Sistemica I e II livello.**

**Esperta in nutrizione funzionale.**

**Esperta in elaborazione piani alimentari chetogenici.**

**Esperta in infiammazione e dolore cronico.**

**Esperta in disbiosi intestinale e sindrome dell'intestino permeabile, valutazione delle disbiosi e dieta specifica per la condizione intestinale, approfondita con Screening intestinale, test microbiologico del microbiota intestinale tramite collaborazione con il laboratorio Valsambro di Bologna**

**PUBBLICAZIONI  
E CONVEGNI**

---

- Marzo 2022 **DONNA SPORT E ORMONI: un approccio integrato tutto al femminile**  
Articolo pubblicato su "Fitness e Sport" official Journal of the ISSA Europe  
Student and Certified Trainers.  
Anno 30/2022
- 13 Novembre 2019 **Relatrice al convegno "Nutriamiamoci: quando la salute è nel cibo"**  
Orsistano – Auditorium Hospitalis Sancti Antoni
- Maggio 2016 **I.Dalla Riva, F.Mastinu, M. Vasta .**  
Confronto tra pane lievitato con lievito naturale e lievito di birra: influenza  
sulla risposta glicemica post-prandiale in persone con diabete mellito di  
tipo 1.  
Il Diabete, suppl. I – maggio 2016, Abstract.

**ISTRUZIONE E  
FORMAZIONE**

---

- LUGLIO 2022 **SINDROME FIBROMIALGICA: documentazione clinica - percorsi clinico-  
assistenziali diagnostici e riabilitativi, profili di assistenza - profili di cura**  
Corso di alta formazione ECM per professionisti sanitari
- MARZO 2022 **Endometriosi: il ruolo della nutrizione**  
Seminario di aggiornamento, Scuola di Nutrizione Salernitana
- LUGLIO 2021 **EU SUMMIT ON INFLAMMATION RESOLUTION.**  
Convegno internazionale sull'infiammazione
- 08/03/2021 AL 30/06/2021 **La risoluzione dell'infiammazione: linee guida, protocolli e procedure**  
Corso ECM
- 25.02.2021 **Alimentazione per la mamma e il bambino**  
Seminario d'aggiornamento SNS Docente: Dott.ssa Arianna Rossoni
- 25.01.2021 **Il blocco metabolico nella donna**  
Seminario d'aggiornamento SNS Docente: Dott. Manuel Salvadori
- 2020-2021 **Le diete chetogeniche**  
Corso di perfezionamento SNS Docente: Dott. Francesca Manfra
-

- 22.12.2020 IBS e dieta Low FODMAP  
Seminario d'aggiornamento SNS Docente: Dott. Lorenzo Candela
- 10 DICEMBRE 2020 FITOTERAPIA NEI DISTURBI DELLA SINDROME PREMESTRUALE  
Seminario di aggiornamento Relatore: Dott.ssa Zora Del Buono
- 19.09.2020 Metodo APOLLO: applicazione della Medicina Funzionale a Psoriasi e Dermatite Atopica  
Seminario d'aggiornamento SNS Docente: Dott.ssa Federica Cavallini
- SETTEMBRE-NOVEMBRE 2020 "MICROBIOMA UMANO: fisiopatologia e approcci terapeutici"  
Evento formativo E.C.M. n° 37155
- 30.03.2020 – 28.09.2020 Corso FAD – Prevenzione e controllo delle infezioni nel contesto dell'emergenza COVID - 19  
Istituto Superiore di Sanità
- 28.02.2020 – 28.04.2020 Corso FAD - Emergenza sanitaria da nuovo coronavirus SARS CoV-2 preparazione e contrasto  
Istituto Superiore di Sanità
- 29-30.12.2019 2nd Annual ISSN Italy Conference  
4<sup>st</sup> SPORT NUTRITION INTERNATIONAL CONFERENCE  
SINSeB  
Roma, hotel Hilton Fiumicino
- 16.11-01.12.2019 5° Corso "Nutrizione e integrazione nel paziente oncologico"  
Responsabile scientifico/didattico Dr. Armando D'orta  
Scuola di Nutrizione Salernitana
- 22 NOVEMBRE 2018 Corso di cucina macrobiotica "Medicina da mangiare"  
Con Simonetta Barcella, cuoca della "Grande Via" associazione fondata da Franco Berrino
- 29.09.2018-18.11.2018 Microbioma Umano: Fisiopatologia e approci Terapeutici.  
Scuola di formazione permanente sul Microbioma Umano, Torino.
- 27 MAGGIO 2018 Nutrizione e Integrazione nel Powerlifting e nell' allenamento di forza.  
Scuola di Nutrizione Salernitana
- 27 MAGGIO 2018 Ottimizzare la Ricomposizione Corporea: dall'amatore al Crossfitter d'elitè.  
Scuola di Nutrizione Salernitana

26-27 MAGGIO 2017	Nutrizione e Longevità con il Prof. Valter Longo Dipartimento di Medicina e Specialità mediche, Università degli studi di Genova
Anno accademico 2017	Scuola superiore di Medicina Sistemica, corso di primo e secondo livello. Anno accademico 2017. AIMES, associazione italiana di medicina sistemica. ECM
28 GENNAIO 2017	Corso ECM "Intestino Sistemico: la relazione tra sistema-ambiente gastrointestinale e network neuroimmunoendocrinometabolico in patologia cronica. Aimes, scuola di Medicina Sistemica, Dott. Giampietro Di Tullio
25-27 novembre 2016	1 <sup>st</sup> SPORT NUTRITION INTERNATIONAL CONFERENCE MEMORIAL PROF. FULVIO MARZATICO, SPORT NUTRITION FROM SCIENCE TO PRACTICE. SINSeB
12 novembre 2016	Seminario Intestino Sistemico: innovazioni scientifiche e applicazioni cliniche. LAMB, Libera Accademia di Medicina Biologica
26-27 settembre 2016	Convegno Regionale ADI/SINU 2016, Fattori nutrizionali e metabolici che influenzano la composizione corporea
4-7 Maggio 2016	26° Congresso Nazionale SID, 4-7 maggio, Rimini
Dicembre 2015	Attestazione Corso E.C.M., evento 403-129430 ed.2, "Diete e piani alimentari: elaborazione e gestione". Organizzato dal B.H.C- Brain Health Centre- tenutosi a Roma dal 19 al 22 novembre 2015. Diretto dal Dottor Edgardo C. Lugaresi.
9 Dicembre 2015	Attestazione Corso E.C.M., evento 403-1299967 ed.2, "Attività motoria e valutazione della composizione corporea". Organizzato dal B.H.C- Brain Health Centre- tenutosi a Roma dal 3 al 6 dicembre 2015. Diretto dal Dottor Edgardo C. Lugaresi.
14 Novembre 2015	Partecipazione a congresso: "Chirurgia Bariatrica e Diabete: prevenzione o terapia?" SID – Società Italiana di Diabetologia e Malattie del Metabolismo ID n° 373
7 Novembre 2015	Corso di formazione Akern, Analisi della Composizione Corporea con Bioimpedenziometria Convenzionale e Vettoriale

Dal 2013 al 2015 LM-6 Laurea Magistrale in Biologia Sanitaria Molecolare e della Nutrizione  
Curriculum Nutrizione

Università degli studi di Urbino “Carlo Bo”.

Tesi dal Titolo:

“Confronto tra pane lievitato con lievito naturale e lievito di birra: influenza sulla risposta glicemica post-prandiale in persone con diabete mellito di tipo 1”

Dal 2009 al 2013

Durante il percorso magistrale ho acquisito una approfondita conoscenza della composizione degli alimenti, dei loro processi di trasformazione metabolica nonché del loro impiego nel campo della nutrizione umana.

Laurea di primo livello (triennale) in Biologia

L-13 Classe di Scienze Biologiche

Università degli studi di Cagliari

Tesi dal titolo: “Studio dell’espressione del recettore per gli endocannabinoidi incorteccia prefrontale di ratto mediante la tecnica del Western Blot”

Dal 2003 al 2008

Maturità Classica

Liceo “S.A. De Castro” Oristano

## **DATI PERSONALI**

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi dell’art. 13 del Regolamento UE 679/16