

Dott.ssa Lucia Pomaro

Specialista Biologa - Nutrizionista

- Laureata in Biologia e conseguito Master di II livello in Alimentazione ed Educazione alla Salute presso l'Università degli Studi di Bologna, con Tesi: "Emocromatosi ereditaria: mutazioni genetiche in una popolazione del nord-est."
- Abilitata all'Esercizio di Biologo.
- Iscritta all'Ordine Nazionale dei Biologi con N° 077803.

Ha inoltre conseguito:

- > Laurea in Tecniche di Laboratorio Biomedico
- > Master in Bioetica presso l'Università degli Studi di Padova
- > Master Sistemi Qualità ISO 9000 (AICQ) + Corso LR 22/2002 (Regione Veneto).
- Laureata in Tecniche di Laboratorio Biomedico presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia, Università degli Studi di Verona, con Tesi: "Identificazione delle cellule staminali utilizzando due strumenti ematologici."
- Master in Bioetica conseguito presso l'Università degli Studi di Padova, Dipartimento di Diritto Comparato, con Tesi: "AIDS metafora culturale e catalizzatore di conflitti etici-implicazioni etico-morali riferiti alla malattia Human immunodeficiency Virus (HIV)."
- Master di II livello in: Alimentazione ed Educazione alla Salute presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi di Bologna (voto 28/30, anno 2011-2013), con Tesi: "Riabilitazione intensiva in ambito ospedaliero: obesità".
- Diploma di maturità: Perito Tecnico Industriale: capotecnico "Ferruccio Viola" ITIS, Rovigo.

Ha svolto uno stage/tirocinio professionalizzante in strutture di eccellenza nazionale e internazionale per la cura dei disturbi del comportamento alimentare e obesità.

Dal 2011 segue con dedizione e passione corsi di formazione della nutrizione, con particolare riferimento al paziente/cliente in sovrappeso e obesità.

Ha lavorato a tempo pieno in ambito ospedaliero:

- > Dipartimento di Patologia Clinica presso ULSS 6 ex-ULSS17 (Regione Veneto)
- > Ufficio Qualità Aziendale ULSS17
- > ARSS (Agenzia Regionale Socio-Sanitaria), attività di autorizzazione all'esercizio e accreditamento istituzionale secondo la L.R.22/2002 della Regione Veneto
- > Regione Veneto: Autorizzazione all'esercizio e accreditamento dei sistemi trasfusionale e banca del sangue ai sensi della DGR755/11
- > Comitato Etico Aziendale ULSS17.

Collabora dal 2018 al progetto IV SCAI, "Studio sui Consumi Alimentari in Italia", rilevamento dei consumi alimentari nazionali con metodiche armonizzate secondo le Linee Guida dell'European Food Safety Authority -EFSA-, attivato dal Ministero della Salute, CREA - Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria e ISS - Istituto Superiore di Sanità.

SERVIZI:

Consulenza nutrizionale con piano alimentare personalizzato

- Esame plicometria (per valutare la composizione corporea)
- Diete chetogeniche (VLCKD, LCKD, LCD, HBD) (sovrappeso e obesità) + CBT-OB
- Dieta mediterranea nelle varie fasi fisiologiche e patologiche della vita
- Corsi di alimentazione corretta nelle diverse patologie ed educazione alla salute.

La dieta comprende:

- Anamnesi ed esame obiettivo, compresa l'anamnesi ponderale, dietologica (preferenze alimentari), intolleranze e allergologiche
- Antropometria distrettuale
- Plicometria
- BMI e Calcolo del peso ideale
- Impedenziometria con misurazione delle masse corporee
- Grafici degli andamenti dei principali parametri biochimici (esami di laboratorio), antropometrici e parametri nutrizionali
- Piano Alimentare Personalizzato (NON standardizzato) seguendo accuratamente
 - > le preferenze alimentari del paziente/cliente
 - > le linee dei LARN (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana, IV revisione), a volte supportata da integrazioni alimentari naturali

- Controlli mensili con aggiornamenti del piano alimentare (preferenze del paziente), fino a raggiungere l'ottimizzazione del metabolismo e il pieno benessere
- Piano alimentare adatto a bambini, donne in gravidanza, post-gravidanza, menopausa, portatori di patologie croniche quali: diabete, ipertensione essenziale, cardiopatie, obesità, sindrome metabolica, anemie carenziali, cefalee, ipercolesterolemie, ipertrigliceridemie, gotta, sindrome da intestino irritabile ...

Il piano alimentare personalizzato è molto versatile: si può adattare con semplicità alle necessità personali tra le quali: attività svolte, stati fisiologici o patologici associati e non.