



Dott.ssa Alessia Moroni

Biologa Nutrizionista

+ 39 3509391183

dott.alessiamoroni@gmail.com

Studia la composizione corporea dal 2017 e durante il percorso di Laurea Magistrale ha approfondito l'approccio metodologico dell'analisi di impedenza bioelettrica vettoriale (BIVA) in diversi contesti quali nutrizione, sport, accrescimento e gravidanza. Da dicembre 2019 ad agosto 2021 è stata borsista di studio di ricerca presso l'Università degli Studi di Torino. Attualmente svolge la libera professione come Biologa Nutrizionista, è iscritta alla Scuola di Specializzazione in Scienza dell'Alimentazione presso l'Università degli Studi di Pavia, collabora in progetti di ricerca ed è co-autrice di pubblicazioni scientifiche.

La visita e il percorso

Dopo un'approfondita anamnesi e la misurazione di variabili antropometriche classiche (statura, peso e circonferenze corporee), durante la visita viene dedicata particolare attenzione alla **valutazione della composizione corporea** Total Body (corpo intero) e Regionale (arti e tronco), eseguita mediante analisi di impedenza bioelettrica vettoriale (Bioelectrical Impedance Vector Analysis, BIVA) con strumentazione BIA101BIVA PRO (Akern S.r.l.).

I compartimenti corporei quali **massa magra**, **massa grassa**, **acqua totale** e l'**idratazione** vengono valutati sia in maniera quantitativa (percentuale su peso, kg/m e kg assoluti), sia qualitativa: interpretando a livello grafico la posizione ed i successivi spostamenti del vettore impedenza, è infatti possibile visualizzare in maniera immediata la condizione di massa e struttura, dei liquidi (extra ed intra cellulari) e della massa grassa %, con una sensibilità maggiore rispetto alla sola quantificazione tramite le stime.

Dopo aver studiato attentamente il caso (circa 5-7 giorni), viene fornito **un piano alimentare completo** e con indicazioni precise, da seguire per un mese circa. Seguono controlli periodici da concordare con il soggetto in base alla sua condizione e alla risposta al piano proposto.

La valutazione della composizione corporea è inoltre un esame offerto singolarmente, in quanto fornisce informazioni anche in diversi contesti, come:

- Recupero di massa magra dopo un infortunio;
- Monitoraggio liquidi e massa grassa durante la gravidanza e l'allattamento;
- Monitoraggio della massa magra e del tessuto adiposo nei soggetti con sarcopenia ed obesità sarcopenica associate a mobilità ridotta e disabilità;
- Asimmetrie muscolari;
- Linfedema;
- Monitoraggio della massa magra e dei liquidi corporei in condizioni patologiche diagnosticate;
- Soggetti sportivi a livello agonistico e amatoriale.

I risultati* della valutazione vengono forniti al soggetto in modo da poter essere utili e di supporto al medico curante e/o specialista e/o figura sanitaria che si sta occupando della specifica condizione del paziente.

*N.B. Si precisa che tali risultati non rappresentano in alcun modo una diagnosi, che può essere effettuata unicamente dal medico. Si tratta infatti di informazioni esclusivamente relative allo stato della massa grassa, massa magra, acqua totale (intra ed extra-cellulare) e idratazione, sia Total-Body che Regionale (arti e tronco).



Alessia Moroni

Nazionalità: Italiana

 (+39) 3509391183

Data di nascita: 06/08/1993

 **Indirizzo e-mail:** dott.alessiamoroni@gmail.com

ESPERIENZA LAVORATIVA

Biologa Nutrizionista - Libera Professionista

[09/2021 – Attuale]

Paese: Italia

Borsista di ricerca

Università degli Studi di Torino – Struttura Universitaria di Igiene e Scienze Motorie (SUISM) [

16/12/2019 – 16/08/2021]

Città: Torino

A seguito di pubblicazione di graduatoria di merito, conferimento di borsa di studio di ricerca (Responsabile Scientifico Dott.ssa Raffaella Degan) della durata di 12 mesi nell'ambito del progetto dal titolo "Wellness@WorkForUnito". La borsa è stata rinnovata per ulteriori 8 mesi a partire dal 16 dicembre 2020.

Assistente e collaboratrice in attività didattiche e di laboratorio

Università degli Studi di Torino

Città: Torino

A seguito di pubblicazione di graduatoria di merito, conferimento di contratto per il seguente ciclo di esercitazioni di collaborazione a supporto della didattica ai sensi dell'art. 76 dello Statuto dell'Università di Torino (Anno Accademico 2019/2020):

- Laboratorio per l'insegnamento delle scienze di base - Piano Lauree Scientifiche – Scienze Biologiche Titolo: Nutrizione e corpo umano (Responsabile: Prof.ssa Silvia Perotto)

A seguito di pubblicazione di graduatoria di merito, conferimento di contratto per il seguente ciclo di esercitazioni di collaborazione a supporto della didattica ai sensi dell'art. 76 dello Statuto dell'Università di Torino (Anno Accademico 2020/2021):

- Ergonomia in ambienti di vita e di lavoro (Corso di Laurea Magistrale in Biologia dell'Ambiente) - 1 ciclo da 10 ore
- Docente responsabile: Prof.ssa Margherita Micheletti Cremasco

A seguito di pubblicazione di graduatoria di merito, vincitrice per il conferimento di contratto per i seguenti cicli di esercitazioni di collaborazione a supporto della didattica ai sensi dell'art. 76 dello Statuto dell'Università di Torino (Anno Accademico 2021/2022):

- Antropologia e Basi di Ergonomia (Corso di Laurea in Scienze Biologiche) - 1 ciclo da 12 ore - Docente responsabile: Prof.ssa Margherita Micheletti Cremasco

- Ergonomia in ambienti di vita e di lavoro (Corso di Laurea Magistrale in Biologia dell'Ambiente) - 1 ciclo da 10 ore
- Docente responsabile: Prof.ssa Margherita Micheletti Cremasco

Studente e Stagista Interno

Università degli Studi di Torino [2017 – 2019]

Indirizzo: Torino (Italia)

Dipartimento di Scienze della Vita e Biologia dei Sistemi, Laboratorio di Antropologia, Antropometria e Ergonomia (Responsabile: Prof.ssa Margherita Micheletti Cremasco).

Assistenza e supporto nella gestione dei progetti interni al laboratorio ed esecuzione dei rilevamenti antropometrici e di analisi della composizione corporea:

- Rilevamenti antropometrici e di composizione corporea su donne in gravidanza presso l'Ospedale Civile di Pinerolo "E. Agnelli", per la Tesi di Laurea Magistrale in Biologia dell'Ambiente;
 - Esecuzione di rilevamenti di antropometria e di composizione corporea su atleti canoisti e calciatori professionisti a livello nazionale ed internazionale;
 - Esecuzione di rilevamenti di composizione corporea nell'ambito del progetto di Alternanza Scuola-Lavoro (Torino);
 - Assistenza e supporto nelle attività di laboratorio relative al PLS (Piano Lauree Scientifiche) del Dipartimento di Scienze della Vita e Biologia dei Sistemi (Università degli Studi di Torino) - A.A. 2017/2018 e 2018/2019;
 - Partecipazione all'organizzazione e supporto nei rilevamenti antropometrici e di composizione corporea nell'ambito del progetto "Sani, Forti, Curiosi - I Lab di UniTo per il Festival della Scienza - Come stiamo crescendo?" (Festival della Scienza di Settimo Torinese, 18/10/2018);
 - Esecuzione di Analisi di Impedenza Bioelettrica (Bioelectrical Impedance Analysis, BIA);
 - Esecuzione di Analisi di Impedenza Bioelettrica Vettoriale (Bioelectrical Impedance Vector Analysis, BIVA);
 - Elaborazione di dati mediante l'utilizzo di BIVA Software, Bodygram Plus, Specific BIVA Software e IBM SPSS;
- dal 15/01/2018 al 26/1/2018
e
dal 01/10/2018 al 12/10/2018:

Tirocinio formativo presso l'Università degli Studi di Cagliari

Dipartimento di Scienze della Vita, dell'Ambiente e del Farmaco - Laboratorio di Antropologia (Prof.ssa Elisabetta Marini):

- Esecuzione di rilevamenti antropometrici e di composizione corporea;
- Esecuzione di Analisi di Impedenza Bioelettrica (Bioelectrical Impedance Analysis, BIA);
- Esecuzione di Analisi di Impedenza Bioelettrica Vettoriale (Bioelectrical Impedance Vector Analysis, BIVA);
- Elaborazione di dati mediante utilizzo di BIVA Software, Bodygram Plus, Specific BIVA Software e IBM SPSS.

Redattrice

[07/2013 – 11/2019]

Collaborazione volontaria presso il giornale mensile "Pinerolo Indialogo"- redattrice della rubrica "Vita Internazionale" .

Animatrice Scientifica

Festival della Scienza [25/10/2018 – 04/11/2018]

Indirizzo: Genova (Italia)

Animatrice Scientifica

Festival della Scienza [26/10/2017 – 05/11/2017]

Indirizzo: Genova (Italia)

Guida didattica

Museo del Gusto [06/2016 – 12/2017]

Indirizzo: Frossasco (TO) (Italia)

Visite guidate sia in lingua Italiana che Inglese

Laboratori didattici presso la Scuola dell'Infanzia

Pluribol società cooperativa [03/2015 – 05/2015]

Indirizzo: Torino (Italia)

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Scuola di Specializzazione in Scienza dell'Alimentazione (4 anni)

Università degli Studi di Pavia [10/2021 – Attuale]

Indirizzo: (Italia)

Abilitazione all'esercizio della professione di Biologo

Università degli Studi di Torino [2019]

Laurea Magistrale in Biologia dell'Ambiente

Università degli Studi di Torino [09/2016 – 10/04/2019]

Indirizzo: Torino (Italia)

Curriculum: Igiene dell'Ambiente e del Lavoro

Voto: 109/110

Titolo tesi sperimentale: "Utilizzo della BIVA (Bioelectrical Impedance Vector Analysis) nel monitoraggio della composizione corporea in gravidanza e postpartum" (Relatore: Prof.ssa Margherita Micheletti Cremasco; Correlatore: Dott.ssa Concetta Vardè).

Summer School

Sardegna Ricerche [28/08/2017 – 01/09/2017]

Indirizzo: Pula (Italia)

"Nutritional status within life-cycle and among populations: anthropometric and body composition methods of assessment"

Corso di specializzazione in Divulgazione Scientifica "Il Rasoio di Occam"

[06/02/2015 – 13/06/2015]

Indirizzo: Torino (Italia)

Laurea Triennale in Scienze Biologiche

Università degli Studi di Torino [09/2012 – 06/04/2016]

Indirizzo: Torino (Italia)

Curriculum: Cellulare - Biomolecolare

Titolo Tesi compilativa: "Il supporto tecnologico per la diagnosi e il trattamento della dislessia nell'età evolutiva: un approccio ergonomico" (Relatore: Prof.ssa Margherita Micheletti Cremasco; Correlatore: Dott.ssa Roberta Cavaglià).

Diploma Liceo Classico

Liceo Classico Statale "G.F. Porporato" [10/09/2007 – 10/07/2012]

Indirizzo: Pinerolo (Italia)

Trimestre scolastico all'estero

Orewa College [07/2010 – 09/2010]

Indirizzo: Orewa (Nuova Zelanda)

Organizzazione internazionale WEP ITALY - Trimestre scolastico in Nuova Zelanda, presso famiglia locale ospitante.

Soggiorno linguistico

Oxford Wheatly College [07/2007]

Indirizzo: Oxford (Regno Unito)

Esperienza-studio di due settimane.

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: **Lingua Italiana**

Altre lingue:

Inglese

ASCOLTO C1 LETTURA C1 SCRITTURA C1

PRODUZIONE ORALE C1 INTERAZIONE ORALE C1

Francese

ASCOLTO A2 LETTURA A2 SCRITTURA A1

PRODUZIONE ORALE A2 INTERAZIONE ORALE A2

Spagnolo

ASCOLTO A1 LETTURA A1 SCRITTURA A1

PRODUZIONE ORALE A1 INTERAZIONE ORALE A2

COMPETENZE DIGITALI

Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc) / Ottima conoscenza del pacchetto di analisi statistica IBM SPSS

Pubblicazioni e comunicazioni a congressi

- Micheletti Cremasco, M.; Mulasso, A.; **Moroni, A.**; Testa, A.; Degan, R.; Rainoldi, A.; Rabaglietti, E. Relation among Perceived Weight Change, Sedentary Activities and Sleep Quality during COVID-19 Lockdown: A Study in an Academic Community in Northern Italy. *Int. J. Environ. Res. Public Health* (2021), 18, 2943. <https://doi.org/10.3390/ijerph18062943>;
- Stagi, S.; **Moroni, A.**; Micheletti Cremasco, M.; Marini, E. Body Composition Symmetry in Long-Term Active Middle-Aged and Older Individuals. *Int. J. Environ. Res. Public Health* (2021), 18, 5956. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115956>;
- Norscia, I., Agostini, L., **Moroni, A.**, Caselli, M., Micheletti Cremasco M., Vardè C., Palagi, E. Yawning Is More Contagious in Pregnant Than Nulliparous Women. *Hum Nat* (2021). <https://doi.org/10.1007/s12110-021-09404-w>;
- **Moroni, A.**, Vardè C., Giustetto, A., Stagi, S., Marini, E., Micheletti Cremasco M. Bioelectrical Impedance Vector Analysis (BIVA) for the monitoring of body composition in pregnancy. *Eur. J. Clin. Nutr.* (2021);
- **Moroni, A.**, Micheletti Cremasco M. Bioelectrical impedance vector analysis of regional body composition among athletes practicing different sports. In: Marini, E., Toselli, S. Bioelectrical impedance analysis of body composition. Applications in sports science. (2021) UNICApres. DOI: <https://doi.org/10.13125/unicapress.978-88-3312-033-1> - Book chapter
- Ivan Norscia, Lucia Agostini, **Alessia Moroni**, Margherita Micheletti-Cremasco, Elisabetta Palagi. "Yawn contagion increases during pregnancy in women watching newborns' yawns: further support for emotional contagion". Associazione Antropologica Italiana, XXIII Conference (Padova, 4 – 6 Settembre 2019)
- Invited speaker presso Body Composition Conference 2020 (webinar - 16-17-18 Aprile 2020). Intervento dal titolo "Monitoraggio della gravidanza mediante bioimpedenziometria: casi studio"

RETI E AFFILIAZIONI

Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU)

Associazione Italiana Consulenti Igiene Alimentare (AiciA)

Associazione Antropologica Italiana (A.A.I.)

CONFERENZE E SEMINARI

Conferenze

- 21/09 - 24/09, 2016 : "5th All European Dyslexia Conference" (Modena)
- 24/09 - 25/09, 2016 : "XVI congresso nazionale AID" (Modena)
- 21/10 - 22/10, 2016 : "Dislessia e disturbi dell'apprendimento: nuove direzioni tra clinica e ricerca" (Roma);
- 10/06 - 11/06, 2017: "2nd Body Composition Conference" (Milano)
- 30/06/2017: "Analisi della Composizione Corporea con Bioimpedenziometria Convenzionale e Vettoriale" (Milano)
- 30/11/2017: "Adipometria, Bioimpedenziometria e l'impiego degli strumenti informatici in dietoterapia" (Torino);
- 09/11/2017: "TO.BA.FOOD (Toxigenic Bacteria in food)" - Istituto Zooprofilattico del Piemonte, Liguria e Valle d'Aosta, sede di Torino.
- 7/04 - 8/04, 2018: "3rd Body Composition Conference" (Roma)
- 30/11/2018 "3rd Sport Nutrition International Conference" (Bologna);
- 13/05/2019: "All Around Soccer - Road to "The Coach Experience" (Torino);
- 29/05 - 1/06, 2019: The 10th International Symposium on Diabetes, Hypertension, Metabolic Syndrome and Pregnancy (Firenze);
- 7/06 - 9/06, 2019: Convention ISSA - Fitness è Scienza (Rimini);
- 15/06 - 16/06, 2019: "VI Convegno Dieta Mediterranea e Dieta Chetogenica" (Firenze);
- 21/06/2019: "Relazioni tra microbiota, probiotici e ginecologia: approfondimento e ultime evidenze" (Torino, Presidio Ospedaliero Sant'Anna);
- 28/06/2019: "Argomenti di attualità in ostetricia" (Padova, Clinica Ostetrica Ginecologica – Azienda Ospedaliera di Padova);
- 18/10/2019: "I rischi della carenza nutrizionale e energetica nello sport" (Torino, Cavallerizza Reale);
- 06/11/2019: "EIT Food Italy Workshop" (Torino, Cavallerizza Reale);
- 09/11/2019: "L'alimentazione come strumento di prevenzione in tutte le età" (Torino, Centro Congressi Torino Incontra);
- 15/01/2020: Open Science, Open Access, FAIR data (Economia, UniTO);
- 28/03/2020: AKERN 2020: approcci innovativi alla valutazione della composizione corporea (formazione erogata da Jatreia S.r.L.);
- 06/04/2020: Sarcopenia e obesità sarcopenica: il progetto FoodNET (formazione erogata da Jatreia S.r.L.);
- 08/04/2020: I più comuni errori di interpretazione dell'analisi BIA e BIVA – I sessione - II ed. (formazione erogata da Jatreia S.r.L.);
- 04/2020: Corso di Formazione Generale alla Salute e Sicurezza per i Lavoratori (art. 37 del D.Lgs. 81/08) - (Università degli Studi di Torino; modalità e-learning);
- 16/11/2020: International Virtual Conference: Emerging topics on Mediterranean Diet - Italian Society of Human Nutrition (SINU) - Federation of the European Societies of Nutrition (FENS).

COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI.

Competenze comunicative e interpersonali.

Ottime capacità comunicative per la diffusione culturale in ambito scientifico:

Relatrice di seminari (interni a corsi di insegnamento) riguardanti la Composizione Corporea e la Bioimpedenziometria (con esercitazione pratica) presso l'Università degli Studi di Torino

- Corso di Laurea Magistrale in Biologia dell'Ambiente (A.A. 2017/2018 e 2018/2019 2:30 h); - Corso di Laurea Triennale in Scienze Biologiche (A.A. 2018/2019 2 h);

- Corso di Laurea Magistrale in Scienze degli Alimenti e della Nutrizione Umana (A.A. 2018/2019 2h);

Relatrice presso incontri di diffusione culturale (esposizione del progetto di Tesi di Laurea Triennale in Scienze Biologiche):

- 05/2016: "Serate di Laurea" - Associazione culturale "Onda d'urto" (Pinerolo)

- 03/2017: "Libro Aperto" (Pinerolo);

Volontario presso "Mantova Food and Science Festival" - prima, seconda e terza edizione (maggio 2017/2018/2019, Mantova);

COMPETENZE PROFESSIONALI

Competenze professionali

- Ottima conoscenza ed esperienza delle tecniche di valutazione della Composizione Corporea e dello stato nutrizionale e di idratazione, in particolare della Bioimpedenziometria Convenzionale e Vettoriale (Bioelectrical Impedance Vector Analysis, BIVA) Classica e Specifica;

- Ottima conoscenza ed esperienza delle modalità di utilizzo di strumenti per le misure antropometriche e per la valutazione della composizione corporea quali antropometro, bilancia, dinamometro, nastro metrico, plicometro e analizzatore di impedenza bioelettrica BIA;

- Ottime capacità di analisi e interpretazione dei dati antropometrici, funzionali e di composizione corporea.

- Docente del modulo "Igiene dell'alimentazione e dell'idratazione" (10 ore) presso la Summer School in "Chinesiologia di rigenerazione" - SUISM - Università degli Studi di Torino

- Cultore della materia settore disciplinare BIO/08 - Antropologia

- Tutor del corso di Ergonomia fisica settore disciplinare (SSD) BIO/08 - Corso di Laurea Magistrale in Scienze dell'Educazione Motoria e delle Attività Adattate (LM-67) - anno accademico 2019/2020

- Secondo relatore di n. 7 tesi di laurea nell'ambito della composizione corporea e delle Scienze Motorie.

CORSI

Corsi

- 19-21/07/2019: "Laboratorio didattico Sicurezza alimentare" (Roma) - Associazione Italiana Consulenti Igiene Alimentare (AiciA);

- 15/07/2019: Webinar "Shelf-life degli Alimenti"- Associazione Italiana Consulenti Igiene Alimentare (AiciA);

- 24/11/2017: "Avviamento professionale" (Roma)- Associazione Italiana Consulenti Igiene Alimentare (AiciA);

- 20-22/10/2017: "Redazione del piano di autocontrollo" (Roma)- Associazione Italiana Consulenti Igiene Alimentare (AiciA).

- 13/03/2021-04/07/2021: XV Corso di Formazione in Nutrizione Umana e Dietoterapia (50 crediti ECM) - Nutrimedifor

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".

Pinerolo, 04/01/2022