

ADRIANA ALVARADO MONTALTO

MSc. NUTRICIONISTA CLÍNICA

Apartado postal 11461-1000

San José, Costa Rica

Teléfonos: (506) 8705-9944/2249-0515

adrialvarado@racsacosta.cr

Objetivo

Trabajar proyectos en conjunto con empresas de primer nivel para desarrollar programas de concientización y educación de valores nutricionales, que tengan un impacto positivo tanto en la sociedad como en el valor de la marca ó producto que representan.

Servicios

1. Consulta clínica a pacientes

- Consulta y educación nutricional al paciente con el fin de mejorar su calidad de vida.
- Mejorar los hábitos alimentarios de los empleados de la empresa, disminuyendo así lo problemas relacionado con ausentismo por incapacidad, problemas de salud física, autoestima, estrés y emocional.
- Experiencia: Hospital Cima, Hospital Jerusalem, Clínica de Nutrición von Saalfeld, Serenidad (Centro de tratamiento de adicciones y problemas emocionales), Aldesa, British American Tobacco.

2. Seminarios de nutrición

- Enfocados a empleados del cliente que buscan brindar una educación general sobre como mejorar su salud por medio de la buena alimentación.
- Experiencia: Hotel Meliá Cariari, Hospital Jerusalem, British American Tobacco.
- Dirigidos a pacientes y público en general que buscan mejorar un mejor entendimiento en temas específicos y actuales de nutrición, prácticas de cocina saludable y productos disponibles en el mercado.
- Experiencia: charlas trimestrales en el Auditorio del Hospital Cima con patrocinio de: Sweet Treats, Quiznos, Numar, Accu-chek, Sucaryl, Cosecha Dorada, Bagelmen's y Sardimar.

3. Asesorías nutricionales a empresas

- Análisis y retroalimentación del bienestar y valor nutricional de producto de consumo masivo ó menú particular.
- Experiencia: Jugos del Valle, Cosecha Dorada, restaurante F21, Quiznos, comedor INCAE, comedor Hospital Cima, comedor Hospital Jerusalem, Pozuelo (galletas Tosh)
- Desarrollo de un menú balanceado de acuerdo a las necesidades del cliente.

4. Participación en herramientas de mercadeo del cliente

- Participación directa en pautas publicitarias ó programas patrocinados por el cliente
- Experiencia: Pozuelo (galletas Tosh), Jugos del Valle, INOLASA (Asociación Americana de Soya).

Experiencia Profesional

Consulta privada

- Clínica de Nutrición von Saalfeld (Barrio Amón y Hospital CIMA) – Enero 2008 - Actualidad
- Consulta nutricional a pacientes, asesorías nutricionales, charlas

Editora ejecutiva de la Revista Sabor y Salud | www.saborysalud.com – Enero 2008 - Dic 2009

- Desarrollo de contenidos y planeamiento de boletín mensual
- Venta de espacios publicitarios y patrocinios para la página
- Atención de preguntas vía web.

Comunicación efectiva

- Servicio al cliente y mercadeo en el área de ventas y promoción de la nutrición y la salud (venta de banners publicitarios, coordinación de charlas y eventos).
- Charlas en empresas y hospitales acerca de temas actuales de nutrición.
- Cápsulas informativas de nutrición en programa de televisión Buen Día (Teletica) y Giros (Repretel).
- Presentación del segmento de cocina saludable en Giros 1 vez al mes (Repretel)
- Participación activa en las revistas Ejercicio y Salud, Mamá Joven, Siempre Juntos, Vida Sana, The Kids y periódicos como La Nación, Prensa Libre y la República.

Innovación

- Diseño de ciclo de menús saludables para estudiantes de escuelas/colegios, pacientes y empresas.
- Elaboración de recetas y menús saludables para pacientes y para televidentes de Giros.

Idiomas: Español e Inglés (100% conversacional y escrito)

Membresía

- Miembro del Colegio de Nutricionistas en Costa Rica
- Asociación Costarricense de Dietistas y Nutricionistas ACDYN (Código 517)
- Miembro del Nutrition Society en Inglaterra
- Miembro de la Asociación Americana de Dietistas (ADA)

Educación

Universidad de Sheffield. Sheffield, Inglaterra

Agosto 2007

- Maestría en Nutrición Humana y Metabolismo (MMed Sci)
- Proyecto de Investigación: El impacto de la limpieza del colon antes de una colonoscopia en la expresión de la proteína Bak en el colon humano.

Universidad de San José. San José, Costa Rica.

- Licenciatura en Nutrición
- Bachiller en Nutrición

Agosto 2006
Noviembre 2005