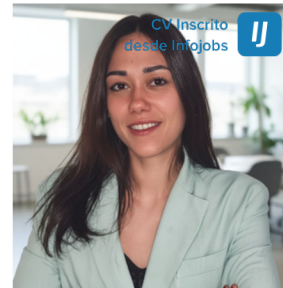


NEREA SINUSÍA ORTIZ

Nutricionista (Col. nº ARA00476)



Perfil profesional

Nutricionista (Col. nº ARA00476) especializada en educación alimentaria, mindful eating, psicología aplicada y prevención de TCA. Integro la evidencia científica con un enfoque humano y sostenible de la nutrición, adaptando la intervención a diferentes perfiles y contextos (consulta individual, grupos y proyectos educativos). Cuento con experiencia en nutrición clínica, gestión alimentaria y divulgación, utilizando la educación nutricional como herramienta de cambio y bienestar a largo plazo.

Habilidades y Competencias

Nutrición y Salud.

- Educación alimentaria.
- Alimentación consciente / Mindful eating.
- Prevención y abordaje de TCA.
- Planificación dietética individualizada.
- Nutrición Clínica y Psicología Aplicada.

Gestión y Divulgación.

- Creación de contenidos educativos.
- Diseño y coordinación de programas de educación nutricional.
- Gestión de proyectos y trabajo interdisciplinar.
- Organización y liderazgo de equipos.
- Estrategias de comunicación digital y marca personal.

Personales.

- Escucha activa y empatía profesional.
- Capacidad pedagógica y didáctica.
- Pensamiento crítico y enfoque basado en la evidencia.
- Adaptabilidad y gestión del tiempo.
- Creatividad y visión integradora de la salud.

Técnicas.

- Nutrium, DietoPro, EasyDiet...
- Excel, Office...

Idiomas

- Castellano - Nativo.
- Inglés - Avanzado.

Información adicional

- Carnet de conducir B.
- Vehículo propio.

Datos de contacto

Estudios

- 2019-2024 Grado en Nutrición Humana y Dietética (Unizar).
- 2024-2025 Máster en Nutrición y Salud (ISEB).
- 2024-2025 Máster en Psicología General (ISEB).
- 2025 Curso Mindful Eating (ESFEM).

Experiencia profesional

Fundadora y Gestora - NSO Alimentación Consciente mayo 2025 - actualidad

- Diseño y seguimiento de planes nutricionales personalizados y programas de educación alimentaria (consulta presencial y online), adaptados a distintos estilos de vida y necesidades.
- Creación de contenidos y recursos educativos sobre alimentación consciente, relación saludable con la comida y prevención de TCA.
- Gestión de redes sociales y comunicación digital, fortaleciendo el posicionamiento de marca y la interacción con la comunidad.
- Organización de talleres y actividades de divulgación, integrando la experiencia clínica y educativa.

Coordinadora administrativa de centro de formación - Océano Atlántico

febrero 2025 - noviembre 2025

- Atención y orientación a alumnado y profesorado, gestión de llamadas, correos y consultas presenciales.
- Apoyo en la planificación diaria de cursos: coordinación de aulas, horarios y recursos materiales.
- Gestión administrativa de la formación: inscripciones, listas de asistencias y archivos de documentación.
- Apoyo en la comunicación y difusión de actividades formativas.

Encargada de Local de Hostelería - Bar/Restaurante Piscinas de Ibdes

junio 2018 - septiembre 2025

- Planificación de menús equilibrados y adaptados a necesidades dietéticas específicas (vegetarianos, sin gluten, alergias...).
- Supervisión de normas higiénico-sanitarias y aplicación del sistema APPCC.
- Implementación de opciones saludables y sostenibles, priorizando productos locales y de temporada.
- Coordinación y formación del equipo en buenas prácticas alimentarias y atención al cliente.
- Gestión de proveedores, inventarios y control de cosas.

Nutricionista en Prácticas - Servicio de Endocrinología y Nutrición Hospital Universitario Miguel Servet (Zaragoza) noviembre 2022 - marzo 2023

- Participación en la atención clínica y planificación dietética de pacientes con diversas patologías metabólicas (obesidad, diabetes, dislipemias, etc).
- Elaboración de planes nutricionales individualizados y educación nutricional, tanto individual como grupal.
- Aplicación de herramientas clínicas y antropométricas para la valoración y seguimiento del estado nutricional.
- Coordinación con cocina hospitalaria en la planificación de menús terapéuticos y adecuación de dietas a las prescripciones médicas.
- Colaboración en la actualización de manuales y protocolos de actuación conforme a guías clínicas vigentes.



643176308



alimentacion.consciente.nso@gmail.com



Zaragoza