

Avril Regina Álvarez Téllez

LICENCIADA EN NUTRICIÓN | NUTRICIÓN CLÍNICA.

[WhatsApp](#) | [Correo](#) | [LinkedIn](#) | Coacalco, Estado de México.

PERFIL PROFESIONAL.

Licenciada en Nutrición, recién egresada, con experiencia práctica en atención nutricional ambulatoria y entorno hospitalario. Experiencia en atención de pacientes, elaboración de planes de alimentación personalizados, tamizaje nutricional y educación nutricional sobre distintas patologías. Busco incorporarme a un equipo de salud donde pueda aplicar mis conocimientos, adquirir experiencia profesional y desarrollarme en nutrición clínica, con interés de crecimiento posterior hacia nutrición deportiva.

EXPERIENCIA PRÁCTICA.

Hospital Polanco — Unidad Coacalco | Prácticas Integrativas | 2024.

- Atención de más de 150 pacientes durante un periodo intensivo de 2 meses, manteniendo un ritmo de 3 a 5 consultas diarias de lunes a viernes.
- Elaboración de aproximadamente 50–70 planes de alimentación personalizados y realización de tamizajes nutricionales.
- Aplicación de normas de higiene y manipulación de alimentos para prevenir contaminaciones.
- Supervisión de que los alimentos llegaran a los pacientes a la temperatura adecuada y en el tiempo oportuno.
- Supervisión de la entrega de bandejas de comida en habitaciones o áreas designadas del hospital.

Clínica de Medicina Familiar ISSSTE de San Cristóbal | Prácticas Ambulatorias | 2022.

- Atención nutricional a pacientes con diferentes patologías.
- Elaboración de planes de alimentación personalizados.
- Orientación nutricional a pacientes.
- Impartición de 8–10 sesiones de educación nutricional sobre diabetes, hipertensión, lactancia materna, dislipidemias, hígado graso y ETS, dirigidas a familiares y personal en sala de espera.

FORMACIÓN ACADÉMICA.

Universidad Tecnológica de México (UNITEC) | Licenciatura en Nutrición | 2021–2025

COMPETENCIAS PROFESIONALES.

- Nutrición clínica y atención nutricional
- Evaluación y tamizaje nutricional
- Diseño de planes de alimentación personalizados
- Educación nutricional
- Trabajo multidisciplinario con profesionales de la salud
- Empatía y escucha activa con pacientes
- Seguimiento y motivación del paciente

CONOCIMIENTOS Y HERRAMIENTAS.

Nutrimind | Word: Avanzado | PowerPoint: Intermedio | Excel: Básico | Outlook: Básico.

Inglés: Intermedio (B1) | Certificación en proceso.

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA.

- Suplementación nutricional en la menopausia basada en evidencia.
- Hidratación inteligente para deportistas.

OBJETIVO PROFESIONAL.

Incorporarme a una organización de salud, clínica u hospital donde pueda desarrollar experiencia profesional como nutrióloga, aportar mis conocimientos en atención nutricional y continuar mi especialización en nutrición clínica, con interés de crecimiento posterior hacia nutrición deportiva.