

LIZETH BRENES OBANDO

LICENCIADA EN NUTRICIÓN
CÓD. 1949-15.



BRENESOBANDO@GMAIL.COM



+506 6090 0044



[HTTPS://WWW.LINKEDIN.COM/IN/LIZETH-BRENES-OBANDO-47782072/](https://www.linkedin.com/in/lizeth-brenes-obando-47782072/)

REDES SOCIALES

[HTTPS://WWW.INSTAGRAM.COM/LIZBRENESLANUTRI/](https://www.instagram.com/lizbreneslanutri/)

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/LIZBRENESLANUTRI/](https://www.facebook.com/lizbreneslanutri/)

PERFIL PROFESIONAL

Apasionada por la nutrición y el deporte, con años de experiencia, específicamente en asesoría y consulta nutricional privada; se enfoca en el desarrollo de los objetivos de cada paciente desde control de enfermedades crónicas, control de peso; pero principalmente nutrición deportiva.

APTITUDES

- ✓ Trabajo en equipo.
- ✓ Habilidad en aprendizaje*.
- ✓ Conocimiento de programas Office.
- ✓ Organizada.
- ✓ Empática.

EXPERIENCIA

DIRECTORA DE PLANEACIÓN Y OPERACIONES EN METRIC

Noviembre 2018 – 2020

Planeación y organización de proyectos en temas de nutrición, recreación y deporte.

NUTRICIONISTA EN WELLNESS GYM

Enero 2018 – 2020

NUTRICIONISTA EN VITA FUERTE FITNESS CENTER CARTAGO

Junio 2018 – Actual

NUTRICIONISTA EN SPORT CENTER CARTAGO

Febrero 2016 – Actual

La principal función es valorar antropométricamente y elaborar planes de alimentación a clientes que entrenan en estos centros deportivos, según sean sus objetivos; además se ha trabajado con deportistas élite, en las disciplinas de ciclismo y atletismo.

EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN NUTRIÓN 2015

Universidad Hispanoamericana

PASANTÍA EN EL CURSO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA APLICADA AL DEPORTE 2017

Fundación Universitaria Iberoamericana (FUNIBER)

Con 30 créditos ganados.

OTROS:

- ✓ Certificación ISAK nivel 2. 2018
- ✓ Curso de Actualización en Suplementación Deportiva. 2018
- ✓ Especialidad de nutrición deportiva. Actual.
- ✓ Inglés conversacional. Actual

EXPERIENCIA DE VOLUNTARIADO

CAJA COSTARRICENSE DEL SEGURO SOCIAL, REGIÓN ESTE DE OREAMUNO DE CARTAGO. Agosto 2016– agosto 2017

La CCSS cada año ejecuta un Plan de Promoción de la Salud, la función en el mismo fue brindar talleres educativos en los diferentes EBAIS de la Región Este de Oreamuno.

COMITÉ DE DEPORTES DEL CANTÓN DE ALVARADO.

Agosto 2013– Actual

Atención nutricional a jóvenes que participan en los Juegos Nacionales representando al Cantón de Alvarado, adaptando los planes de alimentación, a sus necesidades y disponibilidad económica.

LIGA NACIONAL DE FÚTBOL AFICIONADO (LINAFA)

Enero-Julio 2021

Atención nutricional a la selección sub 17 para la preparación y durante el Torneo Patrick en México.

REFERENCIAS

MARCOS ROJAS POSADA, DIRECTOR GENERAL DE METRIC.

Teléfono: +506 8314 6249

MARÍA JOSÉ MOYA, VITA FUERTE FITNESS CENTER.

Teléfono: +506 8601 2992

LEONARDO GUILLÉN, PRESIDENTE DEL COMITÉ DE DEPORTES DE ALVARADO.

Teléfono: +506 8466 2646