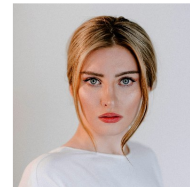


Ingrid Berg

Klinisk ernæringsfysiolog

Oslo, Norway · ingrid.berg@gmail.com · +47 924 56 789 · linkedin.com/in/ingridberg-ernaring



Autorisert klinisk ernæringsfysiolog med 6 års erfaring fra sykehus og primærhelsetjenesten. Spesialkompetanse innen medisinsk ernæringsbehandling ved fedme, diabetes type 2 og mage-tarmlidelser. Erfaring med gruppebasert pasientundervisning og tverrfaglig samarbeid i spesialisthelsetjenesten. Engasjert i evidensbasert praksis og bruk av digitale verktøy i ernæringsrådgivning.

ERFARING

Klinisk ernæringsfysiolog, Oslo universitetssykehus, Oslo

aug. 2021 – Nå

Arbeider ved medisinsk poliklinikk med spesialisering innen fedme og metabolsk sykdom.

- Behandler et pasientvolum på **ca. 300 individuelle konsultasjoner per år**, inkludert pasienter med fedme grad II og III
- Utviklet og leder gruppebasert livsstilsprogram for **12 til 15 pasienter** per gruppe, med dokumentert vektreduksjon på gjennomsnittlig **8,5 % etter 6 måneder**
- Bidro til å redusere venteliste for ernæringskonsultasjoner med **30 %** ved innføring av digital oppfølging via Helsenorge
- Deltar i tverrfaglig team med leger, psykologer og sykepleiere ved **ukentlige MDT-møter**

Klinisk ernæringsfysiolog, Helse Bergen, Bergen

sep. 2019 – juli 2021

Ernæringsoppfølging av innlagte og polikliniske pasienter ved gastroenterologisk avdeling.

- Gjennomførte ernæringsvurderinger for over **200 innlagte pasienter** med inflammatorisk tarmsykdom og leversvikt
- Implementerte ernæringscreening (NRS 2002) som rutine på avdelingen, som økte identifisering av underernærte pasienter med **45 %**
- Holdt undervisning for sykepleierstudenter om klinisk ernæring – **4 sesjoner per år** med opptil 30 deltakere

Ernæringsrådgiver (vikar), Frisklivssentralen Oslo, Oslo

juni 2018 – aug. 2019

Individuell veiledning og kurs for personer med livsstilsrelaterte sykdommer i primærhelsetjenesten.

- Veiledet over **80 deltakere** på 12-ukers frisklivsopphold med fokus på kosthold og fysisk aktivitet
- Utviklet informasjonsmateriell om kostholdstilpasning ved diabetes type 2 som ble adoptert av **3 andre frisklivssentraler**

UTDANNING

Master i klinisk ernæring i Klinisk ernæring, Universitetet i Oslo (UiO), Oslo

aug. 2016 – juni 2018

Masteroppgave: *Effekt av lavkarbodiett på glykemisk kontroll hos pasienter med diabetes type 2 – en randomisert kontrollert studie*. Karakter: **A**.

- Rekrutterte og fulgte **42 pasienter** over 12 måneder i klinisk studie ved OUS
- Relevante emner: medisinsk ernæring, klinisk biokjemi, epidemiologi og statistikk

Bachelor i ernæring i Ernæring, Universitetet i Oslo (UiO), Oslo

aug. 2013 – juni 2016

Fullført bachelorgrad med B i gjennomsnitt. Inkluderte 8 ukers klinisk praksis ved Ullevål sykehus.

FERDIGHETER

Medisinsk ernæringsbehandling, Ernæringscreening (NRS 2002, MNA), Kostveiledning ved diabetes og fedme, Enteral og parenteral ernæring, Gruppebasert pasientundervisning, Tverrfaglig samarbeid (MDT), DIPS og elektronisk pasientjournal, Statistikk og klinisk forskning, Motiverende intervju (MI), Digital helsekommunikasjon

SERTIFISERINGER

Autorisasjon som klinisk ernæringsfysiolog, HelseDirektoratet

aug. 2018

Kurs i motiverende intervju (MI), Motivational Interviewing Network of Trainers (MINT)

mars 2020 – mars 2020

SPRÅK

Norsk (bokmål) – morsmål, Engelsk – flytende

PROSJEKTER

Digitalt oppfølgingsprogram – Fedme og livsstil

jan. 2023 – juni 2024

Prosjektleder for utvikling av digitalt oppfølgingsverktøy for fedmepasienter ved OUS poliklinikk.

- Koordinerte arbeid mellom ernæringsfysiologer, IT og pasientrepresentanter
- Pilotert med **60 pasienter** – resulterte i **20 % bedre oppmøte** til kontroller

REFERANSER

Dr. Mette Sørensen, Overlege, medisinsk poliklinikk, Oslo universitetssykehus, mette.sorensen@ous-hf.no, +47 23 07 10 00

FRITIDSAKTIVITET

Styremedlem, Norske kliniske ernæringsfysiologers forening (NKEF)

jan. 2022

Deltar i faglig utvikling og interessepolitisk arbeid for kliniske ernæringsfysiologer i Norge.