

## **INFORMAZIONI PERSONALI**

Nata a Genova il 21.12.1966

Residente a Modena dal dicembre 1993

Dal 1998 a tutt'oggi svolgo attività libero professionale in qualità di nutrizionista.

## **FORMAZIONE**

1986 Diploma di maturità classica, presso il Liceo Classico Statale "G. Mazzini" di Genova

1992 Laurea in Scienze Biologiche, conseguita presso l'Università di Genova

1994 Abilitazione all'esercizio della professione di Biologo e conseguente iscrizione all'albo (n° 042634)

2004 Diploma di specializzazione in Scienza dell'Alimentazione, conseguito presso l'Università di Padova

2006 Diploma di perfezionamento in Fitoterapia, conseguito presso l'Università di Trieste

2008 Partecipazione al corso "Zone Consultant", con certificazione

2008 Corso semestrale di formazione in "Fitovigilanza e Fitoterapia clinica", presso l'Azienda Ospedaliera di Verona

2013 Diplomata Sanis, corso biennale di Nutrizione e Integrazione applicata allo Sport, sede di Parma.

2016 Certificazione FIT (Federazione Italiana Tennis) "Educatore Alimentare per il Tennis"

2018 Certificazione in "Gestione del Paziente Diabetico" - Scuola di Nutrizione Salernitana

2019 Certificazione in "Esperto in Nutrizione Oncologica" - Scuola di Nutrizione Salernitana

*[segue]*

## **ESPERIENZE PROFESSIONALI**

- 1998 a tutt'oggi      svolgo attività libero professionale in qualità di nutrizionista, occupandomi di:
- gestione pazienti con problematiche alimentari legate a patologie accertate
  - dieta chetogenica (protocollo VLCDK) e classica
  - alimentazione per lo sport (agonistico e amatoriale) e recupero nutrizionale post-infortunio
  - sindrome metabolica e aspetti nutrizionali correlati
  - alimentazione LowCarb
  - alimentazione vegana e vegetariana
  - progetti di educazione alimentare
- 2018 a tutt'oggi      Consulente nutrizionale FIT presso il Tennis Club Modena - settore agonistico
- 2016 a tutt'oggi      Curatrice del blog CIBIAMICI ([www.cibiamici.it](http://www.cibiamici.it)), contenitore divulgativo di ricette "scientifiche"
- 2015 a tutt'oggi      Curatrice della rubrica di nutrizione per la rivista mensile "Il Tennis Italiano" e collaboratrice per altre riviste della casa editrice EdiSport (Cyclist, Runners's World)
- 2015 - 2017            Consulente nutrizionale Circolo Tennis La Meridiana - settore scuola tennis - agonistico
- 2015                    Docente presso SaNis, sede di Torino
- 2013 - 2014            Consulente nutrizionale Società Sportiva Anderlini Modena (volley)
- 2012                    Relatrice per Enervit in conferenze sui temi della nutrizione e dell'alimentazione nello sport
- 2000 - 2005            Collaborazione in qualità di consulente nutrizionale presso il Centro Fisioterapico Citta' di Sassuolo, Via Cavallotti - Sassuolo
- 1995                    Attività di ricerca presso il laboratorio di Biologia Molecolare dell'Istituto di Anatomia Patologica, Policlinico di Modena
- 1990 - 1994            Interna e successivamente tirocinante presso l'Istituto di Igiene dell'Università di Genova, sezione Igiene ambientale e degli alimenti

*[segue]*

## **ALTRE ESPERIENZE**

- 2008 Partecipazione alla trasmissione televisiva di Antenna 1 Emilia Romagna, in qualità di nutrizionista, relativamente alle problematiche psicologiche legate all'alimentazione
- 2010 Partecipazione alla trasmissione televisiva di Antenna 1 Emilia Romagna, in qualità di nutrizionista, relativamente a tematiche di alimentazione e salute
- 2010 Partecipazione in qualità di correlatrice alla serata "Dieta Zona" con la Dott.ssa Braga
- 2011 Partecipazione alla trasmissione televisiva di Antenna 1 Emilia Romagna, in qualità di nutrizionista, relativamente alla corretta alimentazione nelle varie fasi della vita
- 2011 Relatrice alla Scuola Calcio Fiorano: "la Zona si gioca a tavola: strategie nutrizionali per giovani atleti"
- 2012 Relatrice al Corso per Allenatori di Calcio – CSI Modena: Nutrizione e Sport
- 2012 Relatrice alla S.A.T. del Tennis Modena: "alimentazione per giovani tennisti"
- 2012 Partecipazione alla tavola rotonda "Zone around the World" con il Dott. Barry Sears
- 2013 Relatrice alla Società Volley Anderlini Modena: "allenare la nutrizione"
- 2014 Consulente in temi di nutrizione presso Telereggio
- 2017 Pubblicazione libro "La dieta vegetariana e vegana per chi fa sport" - Edizioni Terranuova
- 2018 Pubblicazione libro "Acidità di stomaco addio" - Edizioni Terranuova