

CURRICULUM VITAE ET STUDIORUM

Dott.ssa GIANNINI SARA

Biologa Nutrizionista



Nata a Reggio Emilia il 02/10/1974

Studi privati Igea Nutrizione:

- Via Pascal 39 - Reggio Emilia

- Piazza Garibaldi 3 - Bagnolo in Piano

Tel. 347 5575356

e-mail: igeanutrizione@gmail.com

Sito internet: www.nutrizionistasaragiannini.it

Iscritta all'Ordine dei Biologi dell'Emilia-Romagna e Marche

n. di iscrizione ERM_A01794 dal 29/01/2004

Master in "Scienze dell'alimentazione e dietetica applicata"

Master in "Ecografia: tecnica, anatomia ed applicazione clinica"

Professionista certificato HeartMath per stress, ansia e regolazione emotiva

Professionista certificato Keto Approved© per l'utilizzo della dieta chetogenica

Membro del Comitato Scientifico del CFU odv (Comitato Fibromialgici Uniti)

PRESENTAZIONE

Laureata in Scienze Biologiche ad indirizzo Fisiopatologico presso l'Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia, ho conseguito l'abilitazione all'esercizio della professione e conseguentemente mi sono iscritta all'Ordine dei Biologi. Ho poi conseguito a pieni voti, il titolo di Master universitario in Scienza dell'Alimentazione e Dietetica Applicata dell'Università Unitelma Sapienza di Roma e il Master universitario in Ecografia: tecnica, anatomia ed applicazione clinica dell'Università telematica UniPegaso. Sono professionista certificato Keto Approved e HeartMath Certified Practitioner. Il mio interesse per la nutrizione è nato nel 2004 quando, dopo anni di lavoro all'Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia nel campo della genetica e della biologia molecolare, sono diventata direttore tecnico di un'azienda produttrice di alimenti ed integratori alimentari. Successivamente ho intrapreso l'attività di insegnante che mi ha permesso di approfondire sul campo il mio interesse per la nutrizione, affrontando tematiche relative alla corretta alimentazione sia con lezioni specifiche che con consigli pratici quotidiani rivolti ai miei studenti adolescenti. Attualmente lavoro in libera professione presso i miei due studi privati di Reggio Emilia e Bagnolo in Piano occupandomi di alimentazione a sostegno di specifiche condizioni patologiche concentrandomi principalmente sulle tematiche relative al microbiota intestinale e ai protocolli alimentari finalizzati al ripristino dell'eubiosi. Spinta da innata curiosità e desiderio di conoscenza, ho scelto il contatto diretto con le persone per sostenerle nell'approccio dietetico non solo finalizzato alla perdita di peso ma più in generale al mantenimento/ripristino della salute in numerose condizioni patologiche. Sono membro del

Comitato Scientifico dell'associazione CFU (Comitato Fibromialgici Uniti). Negli ultimi anni ho rivolto inoltre la mia attenzione alla dieta chetogenica che utilizzo sia per la perdita di peso su pazienti selezionati che come vera e propria terapia nel trattamento dell'emicrania e delle cefalee ottenendo la Certificazione Keto Approved. Sono mamma di tre splendidi ragazzi, che mi hanno permesso di sviluppare numerose capacità tra cui: empatia, attitudine all'ascolto, problem solving e pazienza.

STUDI E FORMAZIONE

- **Anno 1993:** Diploma magistrale (corso sperimentale pedagogico-linguistico) presso l'istituto Magistrale Matilde di Canossa di Reggio Emilia, con votazione 57/60.
- **Anno 2001:** Laurea in Scienze Biologiche indirizzo Fisio-patologico, conseguita presso la facoltà di Scienze Matematiche Fisiche e Naturali dell'Università degli studi di Modena e Reggio Emilia, discutendo la tesi: "La metilazione del DNA negli insetti: identificazione di sequenze metilate in *Myzus persicae* e *Planococcus citri*", con votazione 102/110, relatori: Prof. Davide Bizzaro, Prof. Gian Carlo Manicardi.
- **Anno 2016:** Master in scienze dell'alimentazione e dietetica applicata con votazione 110/110 e lode, presso Unitelma Sapienza – Roma.
- **Anno 2022:** Master in Ecografia tecnica, anatomia ed applicazione clinica presso l'Università telematica UniPegaso.

FORMAZIONE COMPLEMENTARE

- **Anni 1999/2000:** **Internato di tesi**, presso il laboratorio di Genetica del Dipartimento di Biologia Animale dell'Università di Modena e Reggio Emilia sede di Modena.
- **Anni 2001/2002** (marzo'01-marzo'02) **tirocinio post-laurea** presso il laboratorio di Genetica del Dipartimento di Biologia Animale dell'Università di Modena.
- **Anno 2002** (05/07/02): conseguita abilitazione per l'esercizio della professione di biologo con punteggio 146/150.
- **Anno 2020:** **Corso di approfondimento specialistico su "Le diete chetogeniche" organizzato da SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana) della durata di 50 ore.**
- **Anno 2021:** **Certificazione HeartMath Practitioner**
- **Anno 2023:** **Certificazione Ketoapproved©** sull'utilizzo dei protocolli chetogenici
-

ATTIVITÀ LAVORATIVA

- **Anno 2013** (da gennaio ad oggi): **avvio dell'attività libero professionale come BIOLOGA NUTRIZIONISTA** e apertura dello studio privato Igea Nutrizione di Reggio Emilia e successivamente dello studio privato di Bagnolo in Piano.
- **Anni 2008-2014:** **supplenze** presso vari istituti secondari di primo e secondo grado in qualità di insegnante di Matematica, Scienze e Biologia.
- **Anni 2004-2007** (07/01/2004 – 22/10/2007): assunzione a tempo indeterminato presso la ditta **Solimè s.r.l.** - azienda erboristica produttrice di integratori alimentari, alimenti, cosmetici - con la qualifica di Direttore Tecnico.
- **Anni 2001-2003:** Contratti di collaborazione coordinata continuativa con l'Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia per lo svolgimento di attività di ricerca ed esercitazioni nell'ambito dell'insegnamento di Genetica presso il Dipartimento di Scienze Agrarie - Responsabili: Prof. G.C. Manicardi e prof. U. Bianchi.

EVENTI, SEMINARI a cui ho partecipato in qualità di RELATRICE

- **Agosto 2013:** **Serata informativa** organizzata in collaborazione con la Cooperativa AltiMonti presso il Centro Visita di Civago (Villa Minozzo – RE) intitolata **"Serata con la Nutrizionista: La salute vien mangiando, consigli per una sana alimentazione"**
- **Partecipazione al progetto: "Con il cibo in mente"** progetto nazionale di educazione alimentare e consulenza nutrizionale nelle scuole organizzato in collaborazione con il SiBioN (Sindacato Biologi Nutrizionisti).

- **Gennaio 2014:** partecipazione ad una puntata del programma **Buongiorno Reggio** dell'emittente televisiva locale Telereggio.
- **Marzo-Giugno 2014: Progetto di educazione alimentare** presso la scuola secondaria di primo grado dell'Istituto Comprensivo Comparoni di Bagnolo in Piano dal titolo: "Io mangio...io sono"
- **Giugno 2014: serata di educazione alimentare** dal titolo: "Quale merenda nello zaino? Consigli per una corretta alimentazione in età scolare" presso la scuola dell'infanzia Tatonius – Bagnolo in Piano.
- **Ottobre 2014:** partecipazione alla trasmissione TRC **"Custodi della natura – Gli asini di Montebaducco"** con Federico Fazzuoli.
- **Ottobre 2015 – marzo 2016:** partecipazione a cinque appuntamenti di **"30 Eccellenze della nostra tavola"** organizzati presso i Musei Civici di Reggio Emilia dal Comune di Reggio Emilia in collaborazione con I love Italian Food.
- **Aprile 2016: incontri di educazione alimentare** presso le scuole dell'infanzia Maria Immacolata e Aimone Landini dal titolo: **"Con il cibo e con la Mente: Mangia sano, cresci felice."** **"Mamma ho fame di..."**
- **Maggio 2016: incontri di educazione alimentare** dal titolo: **"Alimentazione in gioco"**, in collaborazione con il circolo Volley Torrazzo.
- **Ottobre 2016, Carpi, incontro pubblico organizzato dall'associazione Amici del cuore con il patrocinio del Comune di Carpi: "Alimenti, salute intestinale e prevenzione delle malattie cardiache e neurologiche"** Relatori: Dott. Paolo Mainardi neurochimico, Dott.ssa Giannini Sara biologa nutrizionista, Dott. Guido Balestra cardiologo.
- **Marzo 2017: "Le nuove diete"** Lezione presso l'Università del tempo libero – Bagnolo in Piano – RE
- **Marzo 2017: "Nutrire il corpo e la mente. Migliorare le abitudini alimentari tra motivazione e resistenza"**. Ciclo di tre incontri organizzati dall'associazione FNP pensionati con il patrocinio del comune di Scandiano (RE) e con la partecipazione della psicologa Dott.ssa Susanna Paterlini.
- **Novembre 2017:** Relatrice e organizzatrice del **"Corso protocollo ReStart"** Primo corso formativo sul protocollo Restart organizzato da UNIPSAS a Correggio RE
- **Dicembre 2017:** Incontro pubblico organizzato dal CFU Italia. **"La Fibromialgia: impatto sociale e lavorativo"** presso Handimatica – Bologna
- **Febbraio 2018:** Relatrice e organizzatrice dell'evento **"Fermentiamo; livello base: Corso teorico e laboratorio pratico"** Corso sulla fermentazione a Reggio Emilia.
- **Febbraio 2018:** "Ruolo del microbiota intestinale nelle patologie autoimmuni e nella fibromialgia" presso il Centro Nubra Medica – Carpi.
- **Marzo 2018:** **"Il miracolo della fermentazione. I cibi fermentati per la salute."** Presso la Fiera dei Miracoli – Reggio Emilia
- **Aprile 2018:** Canapa e Grani Antichi. Incontro divulgativo in occasione del Brixia Benessere Festival – Brescia
- **Febbraio 2019:** **"Fibromialgia l'importanza dell'alimentazione"** Incontro divulgativo organizzato da CFU Italia ad Argenta FE
- **Marzo 2019:** Relatrice e organizzatrice del Corso Protocollo Restart avanzato organizzato in collaborazione con Akesios e associazione UNIPSAS presso FICO Bologna.
- **Marzo 2019:** Relatrice e organizzatrice dell'evento **Fermentazione tecnica del risveglio.** Corso teorico e laboratorio pratico a Reggio Emilia.
- **Maggio 2019:** III Convegno Nazionale CFU-Italia – Il paziente al centro. Castenaso BO
- **Novembre 2019:** Convegno **"di Pelle e di Pancia – Alimentazione, Microbiota, Ecodermocompatibilità** Eataly Roma – ho tenuto una relazione dal titolo: **"La dieta eubiotica e gli alimenti fermentati"**
- **Novembre 2019:** Corso Protocollo Restart – Milano – ho tenuto una relazione dal titolo: **"Protocollo Restart dalla teoria alla pratica"**
- **Novembre 2019:** Carpi - **"Il ruolo del Microbiota nella salute umana"**. Ho tenuto una relazione sul ruolo del Microbiota in Ginecologia.
- **Maggio 2020:** Ho tenuto una relazione dal titolo: **"Il rapporto con il paziente attraverso la rete"** - ENPAB per l'empowerment della professione – online
- **Novembre 2020:** Convegno interattivo organizzato da CFU-Italia dal titolo **"Fibromialgia e Microbiota: tra leggenda e realtà"**

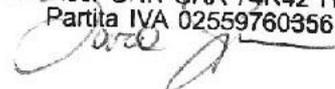
- **Novembre 2021:** "Alimentazione e disturbi alimentari al tempo del Covid" con il Prof. Umberto Nizzoli e con la Psicologa, psicoterapeuta Dott.ssa Lorena Agazzi. Organizzato dall'associazione Bagnolo Bene Comune
- **Aprile-dicembre 2022:** Ciclo di seminari online organizzati da CFO Italia dal titolo: Salute in pentola
- **Maggio 2022:** Corso per professionisti: "Fibromialgia: approccio integrato e interdisciplinare" presso Calypso Life Club - Bibbiano RE
- **Ottobre 2022:** presso il centro di socialità di Civago: "Corso teorico pratico di fermentazione alimentare casalinga"
- **Giugno 2023:** Modena - NUTRIAMO LA VITA - INFEZIONI VIRALI E PATOLOGIE INFIAMMATORIE IMMUNOMEDIATE, un approccio integrato tra terapie convenzionali, nutrizione e stile di vita, ho tenuto una relazione dal titolo "Fermentazione e microbiota"
- **Settembre 2023:** presso NATURA BIO rassegna del Biologico e del Benessere, a Correggio (RE) dove ho parlato di GRANI ANTICHI, Nutrizione e Psiche. Pochi passi per mantenere l'equilibrio psico-fisico.
- **Ottobre 2023:** SPAZIO NUTRIZIONE – Milano, ho tenuto una relazione dal titolo "Le disfunzioni tiroidee"
- **Ottobre 2023:** Ad Majora tour – Bologna – organizzato da CFU Italia
- **Ottobre 2023:** Corso online per professionisti organizzato da SLAM corsi e formazione - dal titolo: "Fibromialgia: dalla classificazione alla personalizzazione della terapia nutrizionale"

PUBBLICAZIONI e LIBRI

- Cavallini, Giannini, Toschi: "**FIBROMIALGIA: UNA SFIDA QUOTIDIANA. Nutrizione come approccio integrato**" Editore Tecniche Nuove (2023)
- Cavallini; Giannini, Toschi: "**L'ALIMENTAZIONE DEL BAMBINO AUTISTICO. Le ricette**" Editore Tecniche Nuove (2021)
- Cavallini, Giannini, Manfredini, Toschi: "**AUTISMO QUALE DIETA. Come spiegare ad un bambino nello spettro autistico la corretta alimentazione**" Editore Tecniche Nuove (2021)
- Bombarda, Giannini, Toschi: "**NUTRIZIONISTE A TAVOLA. Raccolta di ricette. Speciale autunno inverno**" Autopubblicato (2020)
- Giannini, Toschi. "**L'ALIMENTAZIONE CORRETTA NELLE DIVERSE PATOLOGIE. Nutrizione Eubiotica**" Editore Tecniche Nuove (2019)
- Dal 2019 ad oggi scrivo articoli per la rubrica "Parola alla nutrizionista" del giornale trimestrale Bagnolottanta.
- Sara Giannini, Gian Carlo Manicardi, Mauro Mandrioli, Davide Bizzaro. "La metilazione del DNA negli insetti: identificazione e caratterizzazione di sequenze metilate in *Myzus persicae* e *Planococcus citri*". Atti del Congresso U.Z.I., San Remo 2001.
- Sara Giannini, Davide Bizzaro, Mauro Mandrioli, Gian Carlo Manicardi. "Cytogenetic analysis on the holocentric chromosomes of the cabbage aphid *Brevicoryne brassicae*". *Caryologia* 2003, vol.56, no.2:139:143.
- Stefano Cassanelli, Barbara Cerchiari, Sara Giannini, Davide Bizzarro, GianCarlo Manicardi. "Molecular characterization of two cDNAs coding for acetylcholinesterase from the peach potato aphid *Myzus persicae*". Atti del congresso SIGA, Verona 2003.
- D. Bizzaro, E. Mazzoni, E. Barbolini, S. Giannini, S. Cassanelli, F. Pavesi, P. Cravedi, G.C. Manicardi "Relationship among expression, amplification and methylation of FE4 esterase genes in Italian populations of *Myzus persicae* (Sulzer) (Homoptera: Aphididae)". *Pesticide Biochemistry and Physiology* 81:51-58 (2005)
- S. Cassanelli, B. Cerchiari, S. Giannini, D. Bizzarro, E. Mazzoni, G.C. Manicardi "Use of the RFLP-PCR diagnostic test for characterizing MACE and *kdr* insecticide resistance in the peach potato aphid *Myzus persicae*". *Pest Management Science* 61:91-96 (2005)

Reggio Emilia, 18/01/2024

Dott.ssa GIANNINI SARA
 BIOLOGA NUTRIZIONISTA
 Via Pascal, 39 - Cell. 347 5575356
 42123 REGGIO EMILIA
 Cod. Fisc. GNN SRA 74R42 H223D
 Partita IVA 02559760356



Autorizzo il trattamento dei dati personali ai sensi del D.Lgs. n. 196/2003.