



Federica Ferrara

Data e luogo di nascita: 04/05/1986

Domicilio: Viale Guglielmo Marconi, 00146, Roma

Email: biologo.ferrara@gmail.com

PEC: federica.ferrara@biologo.onb.it

tel.: **0039 3281271282**

Titolare di patente B

Esperienze lavorative

Da marzo 2017: attività di **biologo nutrizionista**, esercitata privatamente ed in collaborazione con altri professionisti (medici MMG e specialisti, osteopati, personal trainer)

Da novembre 2018 a marzo 2019: attività di tirocinante biologo nutrizionista, presso il reparto di diabetologia dell'Azienda Ospedaliera San Camillo

01/2015 – 07-2016: **Multinazionale Therascience** (Roma)

Ruolo: **consulente medico-scientifica**

Mansione: informatrice medico scientifica; attività di consulenza nutrizionale presso studi medici convenzionati e privati, per la promozione del dimagrimento e dell'educazione alimentare

11/2013 - 11/2014: **Multinazionale Naturhouse** (Roma)

Ruolo: **consulente nutrizionista**

Mansione: attività di counseling nutrizionale finalizzata al benessere della persona

07/2013 - 09/2013 (3 mesi): **Istituto zooprofilattico delle Regioni Lazio e Toscana** (Roma)

Ruolo: Tirocinante laboratorio microbiologia degli alimenti

Mansione: controllo della qualità microbiologica di matrici alimentari

01/2013 - 06/2013 (5 mesi): **ArpaLazio** (Roma)

Ruolo: Tirocinante laboratorio microbiologia

Mansione: analisi della qualità fisico-chimica e microbiologica di acque superficiali, sotterranee e reflue

Altre esperienze

Da 09/2011: assistente privato alla didattica (materie scientifiche e lingue straniere)

03/2009 - 09/2009 (6 mesi): laureato frequentatore presso il laboratorio di biochimica dell'inquinamento, dipartimento di Biochimica G. Moruzzi, Facoltà di medicina veterinaria di Ozzano Emilia (BO)

Formazione

20 giugno 2021

Partecipazione all' evento formativo FAD: **“Le diete chetogeniche”**, con rilascio di 50 crediti ECM

19 giugno 2021

Partecipazione all' evento formativo FAD: **“L' infiammazione organica e il sistema immunitario”**, con rilascio di 7,5 crediti ECM

30 maggio 2021

Partecipazione all' evento formativo FAD: **“Vlckd- Very low calories ketogenic diet”**, con rilascio di 9 crediti ECM

27 febbraio-18 aprile 2021

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Nutrizione 2.1: approccio pratico alle patologie”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

30 marzo 2021

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Lo studio delle costituzioni secondo la MTC: inquadramento pratico del paziente al primo sguardo”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

16 marzo 2021

Partecipazione in qualità di Relatrice al seminario di aggiornamento: **“VLCKD in ambito neurologico”**, promosso dalla multinazionale *Therascience*

15 marzo 2021

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Intolleranze ed allergie: dalla diagnosi alla terapia”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

22 dicembre 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“IBS e dieta Low Fodmap”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

30 novembre 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“L'allergia al Nichel”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

13-15 novembre 2020

Partecipazione al **Terzo Simposio di medicina e nutrizione funzionale**.

29 ottobre 2020

Partecipazione al seminario online: **“Malattie del metabolismo lipidico: alimentazione e integrazione”**, promosso dall’azienda Erbenobili

2-3 ottobre 2020

Partecipazione all’ evento ketolearning **I Modulo: “Inquadramento e gestione, dimagrimento e gastroenterologia”**, con rilascio di 6 crediti ECM

29 settembre 2020

Partecipazione all’evento: **“Strategie nutrizionali per proteggersi dalle infezioni virali”**, promosso dall’azienda Biofarmex

DA 26 settembre 2020

Partecipazione al **CORSO BIENNALE DI BIOTERAPIA NUTRIZIONALE®**, Anno Accademico 2020/2021

16 settembre 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Metodo APOLLO: applicazione della Medicina Funzionale a Psoriasi e Dermatite Atopica”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

10 settembre 2020

Partecipazione al seminario online: **“Sistema immunitario: dieta e integrazione nell'adulto e nel bambino”**, promosso dall’azienda Erbenobili

16 luglio 2020

Partecipazione al seminario online: **“Infezione del tratto urinario: sintomi, cause e rimedi fitoterapici”**, promosso dall’azienda Erbenobili

9 luglio 2020

Partecipazione al seminario online: **“Dispepsia funzionale: sintomi, cause e rimedi fitoterapici”**, promosso dall’azienda Erbenobili

25 giugno 2020

Partecipazione al seminario online: **“Vitamina D: un nuovo approccio all’integrazione classica”**, promosso dall’azienda Erbenobili

17 giugno 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Il dimagrimento rapido”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

11 giugno 2020

Partecipazione al seminario online: **“Fitoterapia nell’insufficienza venosa cronica”**, promosso dall’azienda Erbenobili

19 maggio 2020

Partecipazione al seminario online: **“Inquadramento funzionale dell’ipotiroidismo con casi**

clinici", promosso dall'azienda Erbenobili

3 maggio 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **"La composizione corporea: tra storia e innovazione nella metodica BIVA"**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

30 aprile 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **"La cucina scientifica"**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

19 aprile 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **"Nutrizione 2.0: approccio pratico alle patologie"**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

09 aprile 2020

Partecipazione al seminario online: **"La vitamina D ed il sistema immunitario"**, promosso dall'azienda DSA

08 aprile 2020

Partecipazione al seminario online: **"Asse intestino-pelle. La medicina funzionale per la psoriasi. Alimentazione ed integrazione mirate"**, promosso dall'azienda DSA

08 aprile 2020

Partecipazione al seminario online: **"Dalla teoria ai casi clinici: approcci nutrizionali col supporto di integratori nel paziente donna"**, promosso dall'azienda Erbenobili

07 aprile 2020

Partecipazione al seminario online: **"Potenziali alterazioni di composizione corporea nel periodo di isolamento Covid-19"**, promosso dall'azienda DSA

04 aprile 2020

Partecipazione al seminario online: **"Come sostenere gli approcci nutrizionali attraverso l'utilizzo di micronutrienti"**, promosso dall'azienda Erbenobili

30 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"La scienza della nutrizione applicata all'antiaging in cucina"**, promosso dall'azienda DSA

26 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"Gastrite, reflusso gastrico ed il ruolo dei ppi - Dr Prinzi "**, promosso dall'azienda Herboplanet

24 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"Omega3 e benessere cardiovascolare. Dall'empirismo all'integrazione di precisione"**, promosso dall'azienda DSA

23 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"La permeabilità intestinale e la disbiosi: correlazioni, diagnostica e cura"**, promosso dall'azienda DSA

21 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"Disturbi funzionali gastrointestinali nel bambino e**

nell'adulto", promosso dall' azienda Erbenobili

19 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"Il microbiota intestinale: approccio innovativo al recupero dell'Eubiosi intestinale"**, promosso dall' azienda Herboplanet

14 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"VLCKD nel paziente diabetico"**, promosso dall' azienda Therascience

14 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"Malattie dermatologiche da alterata omeostasi dell'asse intestino-cervello-pelle"**, promosso dall' azienda Erbenobili

11 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"La gestione dello Stress Psico-Fisico: Sintomi, cause e rimedi"**, promosso dall' azienda Erbenobili

7 marzo 2020

Partecipazione al seminario online: **"Nutrizione e integrazione nella prevenzione delle malattie cardiovascolari"**, promosso dall' azienda Erbenobili

30 gennaio 2020

Partecipazione al seminario online: **"Infezione da Candida e neoformazione di Biofilm: causa e rimedi"**, promosso dall' azienda Erbenobili

29 febbraio 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **"Approccio dietetico pratico nella Donna"**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

26 febbraio 2020

Partecipazione al seminario online: **"Il fegato, specchio della salute. Consigli e rimedi fitoterapici a supporto del professionista"**, promosso dall' azienda Erbenobili

13 febbraio 2020

Partecipazione al seminario online: **"Fitoterapia: dalla ricerca di base all'applicazione clinica"**, promosso dall' azienda Erbenobili

8-9 febbraio 2020

Partecipazione all'evento: **"Nuovi modelli di strategia terapeutica con meristemi concentrati extragem e nutraceutici, per la cura delle affezioni dell'apparato gastrointestinale nella pratica clinica quotidiana"**, promosso dall' azienda Biofarmex

8 febbraio 2020

Partecipazione all'evento formativo: **"Il paziente che ingrassa: gestione della fame e della sazietà"**, promosso dall' azienda Erbenobili, con rilascio di 4 crediti ECM

30 gennaio 2020

Partecipazione al seminario online: **"Infezione da Candida e neoformazione di Biofilm: causa e rimedi"**, promosso dall' azienda Erbenobili

23 gennaio 2020

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Inquinamento ambientale, metalli tossici e disintossicazione cellulare”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

16 gennaio 2020

Partecipazione al seminario online: **“Oligoelementi: cosa sono, a cosa servono e come assumerli”**, promosso dall'azienda Erbenobili

4 dicembre 2019

Partecipazione al seminario online: **“Il colesterolo cattivo non esiste”**, promosso dall'azienda Erbenobili

29, 30 novembre, 1 dicembre 2019

Partecipazione al **“Second annual ISSN Italy Conference, Fourth Sport Nutrition International Conference”**, con rilascio di 12 crediti ECM

5 novembre 2019

Partecipazione al seminario online: **“Oligoterapia nell'affaticamento surrenale”**, promosso dall'azienda Erbenobili

16, 17, 30 novembre, 1 dicembre 2019

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Nutrizione e integrazione nel paziente oncologico”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

15-17 novembre 2019

Partecipazione al **Simposio di medicina e nutrizione funzionale**, con rilascio di 18 crediti ECM

5 novembre 2019

Partecipazione al seminario online: **“Oligoterapia nell'affaticamento surrenale”**, promosso dall'azienda Erbenobili

29 ottobre 2019

Partecipazione al seminario online: **“Ipotiroidismo clinico e subclinico: il supporto micronutrizionale”**, promosso dall'azienda Erbenobili

25-26 ottobre 2019

Partecipazione all'evento ketolearning **III Modulo: “Sindrome metabolica, neurologia, oncologia”**, con rilascio di 18 crediti ECM

10 ottobre 2019

Partecipazione al seminario online: **“Microbiota, fitoterapia e osteoporosi”**, promosso dall'azienda Erbenobili

24 settembre 2019

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Estratti vegetali e metabolismo: applicazioni pratiche in ambito nutrizionale”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

21 settembre 2019

Partecipazione all'evento: **“La dieta chetogenica come terapia metabolica: basi teoriche, applicazioni cliniche e analisi strumentali”** e superamento dell'esame finale con rilascio di 6 crediti ECM

17 settembre 2019

Partecipazione al seminario online: **“Gestione del paziente con intolleranza glucidica”**, promosso dall’azienda Erbenobili

6 agosto 2019

Partecipazione al corso FAD ENPAB: **“Il ruolo dell’educazione alimentare nella ridefinizione del percorso terapeutico del paziente con diabete mellito di tipo 2”** e superamento dell’esame finale con rilascio di 3 crediti ECM

3 agosto 2019

Partecipazione al corso FAD ENPAB: **“Effetti positivi di una dieta controllata sul tono dell’umore e sui parametri biochimici in pazienti con patologie coronariche acute”** e superamento dell’esame finale con rilascio di 3 crediti ECM

3 agosto 2019

Partecipazione al corso FAD ENPAB: **“La sicurezza microbiologica degli alimenti”** e superamento dell’esame finale con rilascio di 3 crediti ECM

10 luglio 2019

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Il blocco metabolico nella donna”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

2 luglio 2019

Partecipazione all’evento: **“Update in diabetologia. Chetosi compensata e gestione delle ipoglicemie”**

24-25 maggio 2019

Partecipazione all’evento ketolearning **“II Modulo: “Gastroenterologia, Geriatria, Dermatologia e Ginecologia”**, con rilascio di 18 crediti ECM

9 maggio 2019

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Un nutrizionista in cucina: tra concetti e consigli”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

29 marzo 2019

Partecipazione al corso FAD: **“La medicina di genere; oltre la pillola rosa e pillola blu”** e superamento dell’esame finale con rilascio di 50 crediti ECM

18 febbraio 2019

Partecipazione al corso FAD ENPAB: **“Acque destinate al consumo umano e Legionella”** e superamento dell’esame finale con rilascio di 25 crediti ECM

17 febbraio 2019

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Equilibrio donna: nutrizione femminile a 360 gradi”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

14 dicembre 2018

Partecipazione al Congresso ADI LAZIO: **“La nutrizione clinica tra ospedale e territorio”**, con rilascio di 4 crediti ECM

23-25 novembre 2018

Partecipazione al “**I simposio di medicina e nutrizione funzionale**”, e superamento dell’esame finale con rilascio di 16 crediti ECM

3 novembre 2018

Partecipazione al corso FAD ENPAB: “**La comprensione del paziente: dalla composizione corporea agli aspetti nutrizionali in condizioni fisio-patologiche**” e superamento dell’esame finale con rilascio di 50 crediti ECM

26-27 ottobre 2018

Partecipazione al “**III Modulo Ketolearning: la pratica**”, con rilascio di 15 crediti ECM

25 ottobre 2018

Partecipazione al seminario di aggiornamento: “**Il diabete**”, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

26-27 maggio, 3 giugno 2018

Partecipazione al seminario di aggiornamento: “**L’Alimentazione pratica nel Bodybuilding, Crossfit e Powerlifting**”, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

30 maggio 2018

Partecipazione al seminario di aggiornamento: “**La cellulite: strategie alimentari ed esercizio fisico**”, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

8-9 aprile 2018

Partecipazione all’ evento formativo: “**Body Composition Conference**”, con rilascio di 10.5 crediti ECM

3 aprile 2018

Partecipazione al seminario di aggiornamento: “**La gestione nutrizionale del paziente obeso nella chirurgia bariatrica**”, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

3-4 marzo 2018

Partecipazione al corso “**La dieta chetogenica: dalla teoria alla pratica**”, con rilascio di 11,6 crediti ECM, promosso dall’associazione Nutrifood

7 febbraio 2018

Partecipazione al seminario online: “**Correlazione tra disbiosi intestinale e predisposizione all’insorgenza di malattie autoimmuni**”, promosso dall’ azienda Erbenobili

31 gennaio 2018

Partecipazione al seminario di aggiornamento: “**L’Alimentazione nelle patologie neurodegenerative**”, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

27 gennaio 2018

Partecipazione al one-day meeting: “**Il test lipidomico di autodiagnosi (fap fatty acid profile kit) nelle varie applicazioni della pratica clinica: alimentazione, posturologia, sport, metabolismo e integrazione**” promosso dai docenti Armando D’Orta e Andrea del Buono, fondazione DD Clinic Research Institute

25 gennaio 2018

Partecipazione al seminario online: “**L’ approccio integrato nella PNEI**”, promosso dall’ azienda

Erbenobili

11 gennaio 2018

Partecipazione al seminario online: **“Integrazione nella pratica sportiva”**, promosso dall’ azienda Erbenobili

25-26 novembre 2017

Partecipazione all’ evento formativo: **“Oncologia Nutrizionale Pediatrica, dell'Anziano e Tiroidea”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

14 novembre 2017

Partecipazione al seminario online: **“Approcci terapeutici in gravidanza e allattamento”**, promosso dall’ azienda Erbenobili

26 ottobre 2017

Partecipazione all’ evento formativo: **“L’impatto della nutrizione nella PMA”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

25 ottobre 2017

Partecipazione al seminario online: **“Allergie e intolleranze alimentari: dal sospetto clinico alla conferma diagnostica”**, promosso dall’ azienda Erbenobili

20 settembre 2017

Partecipazione al seminario online: **“Impiego di fitoterapici spagyrici nel soggetto obeso con sindrome metabolica”**, promosso dall’ azienda Erbenobili

6 settembre 2017

Partecipazione al seminario online: **“Oligoterapia: approfondimento diatesi e approcci terapeutici”**, promosso dall’ azienda Erbenobili

27-28 luglio 2017

Partecipazione all’ evento formativo: **“Promuovere sé stessi: dalla "carta" all'uso dei social”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

15 giugno 2017

Partecipazione al seminario online: **“Equilibrio intestinale nell'atleta con approfondimenti terapeutici”**, promosso dall’ azienda Erbenobili

7 giugno 2017

Partecipazione al seminario di aggiornamento: **“Gestione del Blocco Metabolico: modalità di intervento e applicazioni nutrizionali”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

28-29 gennaio, 18-19 febbraio 2017

Partecipazione all’ evento formativo: **“Alimentazione pratica per lo sportivo”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

Novembre 2016 - febbraio 2017

Partecipazione all’ evento formativo: **“Nutrizione ed integrazione nel paziente oncologico”**, promosso dai dottori Armando D’Orta e Andrea del Buono, e tirocinio pratico presso la clinica DD di Caserta

5 novembre 2016

Partecipazione al convegno congiunto: **“Approfondimento sulla gestione macro e micronutrizionale del paziente tramite il Metodo Lignaform”**

8 ottobre 2016

Partecipazione all'evento **“Cervello metabolico”**, promosso dall'associazione Oukside

5 ottobre 2016

Partecipazione al seminario **“La diagnostica per lo studio delle allergie e intolleranze alimentari al servizio del nutrizionista”**, promosso dal dr Andrea del Buono

11-12 giugno 2016

Partecipazione all'evento formativo **“Aggiornamenti in nutrizione umana 0.2”**, con rilascio crediti ECM

29 maggio 2016

Partecipazione al **“13° Corso di Aggiornamento e Formazione in Alimentazione e Nutrizione Umana”**, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana, con rilascio di 50 crediti ECM

26 maggio 2016

Partecipazione al seminario **“Pillole di Diagnostica di Laboratorio”**, del Dott. Mario Mauro Amato, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

14-15 maggio 2016

Partecipazione al corso di formazione **“Consulente in igiene degli alimenti e gestione del sistema H.A.C.C.P.”** promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

12 maggio 2016

Partecipazione al seminario **“Chetosi: ritorno alle origini”**, del Dott. Antonio Finaldi, promosso dalla Scuola di Nutrizione Salernitana

17 gennaio 2014

Conseguimento del titolo di **Master di Secondo livello** in: **“Scienze degli alimenti: qualità, sicurezza e nutrizione umana”**, presso l'Università degli studi di Pisa

Settembre-novembre 2013

Partecipazione al Master in: **“Dietologia clinica”**, superamento dell'esame finale con valutazione 30/30

Aprile-maggio 2013

Partecipazione al **Master in dietologia e nutrizione: “La fisiologia dell'alimentazione”**; superamento dell'esame finale con valutazione 30/30 e rilascio di 50 crediti ECM

19 marzo 2013

Partecipazione al **“Corso di informazione e formazione (D. Lgs. 81/2008 e s.m.i.-artt. 36 e 37)”**

Febbraio 2013

Abilitazione all'esercizio dell'attività professionale di biologo

20 Luglio 2012

Università degli Studi Roma Tre, Facoltà d Scienze MM., FF., NN.

Laurea Magistrale in “Biologia per la ricerca molecolare, cellulare e fisiopatologica”, votazione

110/110 e lode

Discussione della tesi in: “Valutazione della qualità di corpi idrici superficiali ed utilizzo del metodo Micro Biological Survey”.

Principali materie: basi della biologia cellulare molecolare, microbiologia, farmacologia, proteomica. Biologia ambientale, valutazione della qualità chimica e microbiologica delle acque, implicazioni dell'inquinamento sulla salute dell'uomo

23 Marzo 2009

Università degli Studi di Bologna, Facoltà d Scienze MM., FF., NN.

Laurea Triennale in Scienze Biologiche, votazione 110/110 e lode.

Discussione della tesi in: “Valutazione del citocromo CYP1A, della EROD e della SOD nel sistema immunitario di *Chamaelea gallina* in risposta alla presenza di B[a]P”.

Principali materie: basi di biologia cellulare molecolare, microbiologia, farmacologia; valutazione dell'impatto ambientale, ecologia, zoologia. Valutazione della concentrazione di proteine coinvolte nella detossificazione di idrocarburi policiclici aromatici (IPA) nei molluschi.

Conoscenze linguistiche

FRANCESE: ottima conoscenza della lingua parlata e scritta – B2

INGLESE: buona conoscenza della lingua scritta e buona padronanza della lingua parlata – B1 (Esame livello B2 Università)

Conoscenze informatiche

Sistema operativo Windows 8 e precedenti. Ottima conoscenza applicazioni Word, Excel, Power point e Outlook.

Ottime capacità di utilizzo degli strumenti web e posta elettronica.

Qualifiche

Qualifica di **Esperto in terapia chetogenetica**, rilasciata dall' Associazione Italiana Fitoterapia e Fitofarmacologia (A.I.F.F.) in data 5/11/2016

Consulente HACCP, iscritta nel Registro nazionale consulenti qualificati AiciA (Associazione Italiana Consulenti Igiene Alimentare) da Novembre 2012

Caratteristiche personali

Professionista e persona affidabile e dinamica, mi adatto con facilità e rapidità a nuovi ambienti e cerco di cogliere sempre nuove sfide lavorative.

Ho un carattere tranquillo che mi aiuta ad affrontare le situazioni di stress e non ho problemi a compiere eventuali trasferte in Italia e all'estero.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali, ai sensi del D.lgs. 196 del 30 giugno 2003

Roma, 22-06-21

Federica Ferrara