



## Sara Giannini

**Nazionalità:** Italiana

**☎ (+34) 3475575356**

**Data di nascita:** 02/10/1974

**Sesso:** Femminile

**✉ Indirizzo e-mail:** [igeanutrizione@gmail.com](mailto:igeanutrizione@gmail.com)

**🌐 Sito web:** [www.nutrizionistasaragiannini.it](http://www.nutrizionistasaragiannini.it)

**📍 Indirizzo:** Corte delle Querce 27, 42011 Bagnolo in Piano RE (Italia)

### 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. 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. Collaboro con varie associazioni tra cui UNIPSAS e CFU (Comitato Fibromialgici Uniti). Negli ultimi anni ho rivolto inoltre la mia attenzione ai bambini nello spettro autistico proponendo loro diete specifiche a supporto delle terapie tradizionali, la mia esperienza in campo mi ha consentito di pubblicare due libri sull'argomento (il secondo in fase di pubblicazione).

### ISTRUZIONE E FORMAZIONE

---

#### Diploma magistrale

**Istituto Matilde di Canossa** [ 1988 – 1993 ]

**Indirizzo:** Reggio Emilia (Italia)

Corso sperimentale pedagogico-linguistico.

Votazione 57/60

## **Laurea in Scienze Biologiche indirizzo Fisio-patologico**

*Università degli studi di Modena e Reggio Emilia* [ 1993 – 2001 ]

Indirizzo: Modena (Italia)

Discutendo la tesi: "La metilazione del DNA negli insetti: identificazione di sequenze metilate in *Myzus persicae* e *Planococcus citri* "

Votazione 102/110

Relatori: Prof. Davide Bizzaro, Prof. Gian Carlo Manicardi.

## **Conseguita ABILITAZIONE per l'esercizio della professione di biologo con punteggio 146/150**

*Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia* [ 05/07/2002 – Attuale ]

Indirizzo: Modena (Italia)

## **Master in scienze dell'alimentazione e dietetica applicata con votazione 110/110 e lode** *Unitelma Sapienza Roma* [ 2015 – 2016 ]

Indirizzo: Roma (Italia)

Votazione 110/110 e lode

Titolo "Latte d'asina: caratteristiche nutrizionali e possibili utilizzi di un alimento funzionale"

Relatore: Prof. Agostino Macrì

## **ESPERIENZA LAVORATIVA**

---

### **Esercitatrice universitaria**

[ 01/03/2001 – 31/05/2001 ]

Contratto di collaborazione coordinata continuativa per lo svolgimento di esercitazioni nell'ambito dell'insegnamento di Genetica presso il Dipartimento di Scienze Agrarie dell'Università di Modena e Reggio Emilia – sede di Reggio Emilia – in qualità di Cultore della materia. Responsabile del corso: prof. U. Bianchi.

### **Esercitatrice universitaria**

[ 2001 ]

Ciclo di seminari dal titolo "Metilazione e controllo dell'espressione genica" nell'ambito dell'insegnamento "Miglioramento genetico delle piante" presso il Dipartimento di Scienze Agrarie dell'Università di Modena e Reggio Emilia – sede di Reggio Emilia – Responsabile del corso: prof. U. Bianchi.

### **Esercitatrice universitaria**

[ 14/01/2002 – 14/06/2002 ]

Contratto di collaborazione coordinata continuativa per lo svolgimento di esercitazioni nell'ambito degli insegnamenti di Genetica, Genetica Molecolare, Miglioramento Genetico delle Piante, presso il Dipartimento di Scienze Agrarie dell'Università di Modena e Reggio Emilia – sede di Reggio Emilia – in qualità di Cultore della materia. Responsabile del corso: Prof. G.C. Manicardi.

## **Esercitatrice universitaria**

[ 2003 ]

Ciclo di seminari dal titolo "Marker Molecolari" nell'ambito dell'insegnamento "Miglioramento genetico delle piante" presso il Dipartimento di Scienze Agrarie dell'Università di Modena e Reggio Emilia – sede di Reggio Emilia – Responsabile del corso: prof. G.C. Manicardi.

## **Ricercatore universitario/ricercatrice universitaria**

[ 01/05/2003 – 31/10/2003 ]

Contratto di collaborazione coordinata continuativa con l'Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia per lo svolgimento di attività di ricerca presso il Dipartimento di Scienze Agrarie nell'ambito di contratti stipulati tra l'università degli studi di Modena e Reggio Emilia e la Commissione Europea – Responsabile del progetto: Prof. G.C. Manicardi.

## **Direttore aziendale/direttrice aziendale**

[ 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.**

## **Docente di scuola secondaria**

[ 2008 – 2009 ]

Docente supplente presso il Liceo Scientifico "A. Moro" – Reggio Emilia

## **Docente di scuola secondaria**

[ 2009 – 2010 ]

Docente supplente presso l'Istituto comprensivo E. Comparoni – Bagnolo in Piano.

## **Docente di scuola secondaria**

[ 2010 – 2011 ]

Docente supplente presso: l'Istituto Superiore "Zanelli" – Reggio Emilia, l'Istituto Magistrale "Matilde di Canossa" – Reggio Emilia e presso il Convitto nazionale "R.Corso" – Correggio

## **Docente di scuola secondaria**

[ 2011 – 2012 ]

Docente supplente presso l'Istituto comprensivo E. Comparoni – Bagnolo in Piano

## **Docente di scuola secondaria**

[ 2012 – 2013 ]

Docente supplente presso il Liceo Scientifico "Spallanzani" – Reggio Emilia.

## **Docente di scuola secondaria**

[ 2013 – 2014 ]

Supplenza in qualità di docente di matematica e scienze presso l'IC Marconi di Castelnuovo Sotto.

## Biologo/biologa

[ 01/01/2013 – Attuale ]

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.

### COMPETENZE LINGUISTICHE

---

Lingua madre:

**italiano**

Altre lingue:

**inglese**

**ASCOLTO B1 LETTURA C1 SCRITTURA B1**

**PRODUZIONE ORALE B1 INTERAZIONE ORALE B1**

**francese**

**ASCOLTO B1 LETTURA B1 SCRITTURA B1**

**PRODUZIONE ORALE B1 INTERAZIONE ORALE B1**

### PUBBLICAZIONI

---

#### Publicazioni

-Cavallini, Giannini. Manfredini, Toschi: **"AUTISMO QUALE DIETA. Come spiegare ad un bambino nello spettro autistico la corretta alimentazione"** Editore Tecniche Nuove. 2021

- Giannini, Toschi. **"L'ALIMENTAZIONE CORRETTA NELLE DIVERSE PATOLOGIE. Nutrizione Eubiotica"**. Editore Tecniche Nuove. 2019

- 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.

-Sono autrice nella rubrica dedicata alla nutrizione del trimestrale Bagnolottanta di Jolly CTL di Bagnolo in Piano (RE)

- 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 Cerchiarì, 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. Cerchiarì, 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)

## **COMPETENZE ORGANIZZATIVE**

---

### **Competenze organizzative**

Buone capacità di leadership grazie all'attività svolta come Direttore Tecnico.

Essere mamma di tre figli mi permette di esercitare le mie doti di pazienza, di gestione di conflitti e di osservatrice delle cose da punti di vista differenti, affinando le mie capacità di problem solver e non da ultimo permettendomi di sviluppare una forte sensibilità e predisposizione alla comprensione del prossimo che risulta fondamentale nell'attività lavorativa svolta.

## **COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI.**

---

### **Competenze comunicative e interpersonali.**

Buone competenze comunicative acquisite grazie all'attività di insegnante e alla partecipazione come relatore a diversi convegni e corsi di aggiornamento.

## **COMPETENZE PROFESSIONALI**

---

### **Competenze professionali**

Buona conoscenza delle tecniche biomolecolari di base.

Bioimpedenziometria, antropometria, elaborazione di piani nutrizionali personalizzati in base alle caratteristiche del paziente (età, patologie accertate, abitudini di vita, condizioni fisiologiche, gusti alimentari).

### Corsi

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 2011 Corsi di formazione ACSIAN dal titolo: "Il Biologo Nutrizionista, una professione chiave per la prevenzione primaria"; "La dieta nello sport"

Anno 2012 Corso di formazione ACSIAN dal titolo "La professione del Nutrizionista: la realtà dell'ambulatorio"

Anno 2013 Corsi: "Le reazioni al glutine: allergia, celiachia, sensibilità al glutine" DNAFAD; "Motivare il paziente al cambiamento" LSAcademy; "Il Diabete" Società Italiana di Diabetologia; "Dal picco glicemico alla nutrigenomica" ProgettoAsco; "Vino è salute" Quibli; "Coffee perspectives: ruolo del caffè negli stati fisiologici e patologici" DNAFAD

Anno 2014; Corsi: "La nutricosmesi in farmacia" MAPI; "Competenze digitali per i professionisti della salute" MAPI; "La malnutrizione e la valutazione nel paziente anziano" Esprit; "Scuola di Nutrizione Salernitana - 9° Corso di aggiornamento e formazione in alimentazione e nutrizione umana"

Anno 2015; Corsi: "Seminario di approfondimento avanzato sulle proteine" S.N.S.; "L'approccio evolutivo (Paleo) alle malattie autoimmuni" S.N.S.; Probiotici e microbiota intestinale: recenti acquisizioni" Symposia; "Infiammazione e obesità" Alfa fcm; L'alimentazione nel bambino e nell'adolescente focus sul problema obesità: presente e futuro" ACSIAN; "Asse intestino-cervello: la disbiosi intestinale come fattore neuroinfiammatorio nella depressione, nell'autismo e nelle malattie neurodegenerative" Alfa fcm; I disturbi del comportamento alimentare: comprendere e intervenire con appropriatezza" Format sas;

Anno 2016; Corsi: "I probiotici e il microbiota intestinale" ECMFAD; "La nutrizione immunogenofunzionale" Aulevirtuali; "Disturbi del comportamento alimentare: diagnosi precoce e appropriatezza delle cure" Istituto Superiore di Sanità.

Anno 2017; Corsi: "Alimentazione e donna in condizioni patologiche" SNS; La centralità dell'intestino" SNS; Congresso annuale punti GIFT e medici di segnale.

Anno 2018; "Il protocollo autoimmune" SNS; "Declinazione del protocollo autoimmune su diverse patologie" SNS; L'Alimentazione nelle patologie neurodegenerative" SNS; "Workshop: the microbioma revolution" Tui Natura; "L'impatto della nutrizione nella PMA" SNS; "Alla scoperta del secondo genoma umano: il microbioma tra salute e malattia" Adveniam; Dermobiotica: microbiota e pelle" Meeter; "Il Diabete" SNS;

Anno 2019; vari corsi ECM tra cui "Dieta, alimenti funzionale e nutraceutici nella terapia del diabete" SID

Anno 2020; vari corsi ECM tra cui "Scuola di alta formazione sul microbiota umano" SIBS; "22esimo corso di alimentazione e nutrizione umana" SNS; "Modulo Reumatologia" SNS; "Le diete chetogeniche" Quibli

Anno 2021; vari corsi ECM tra cui " Corso di medicina nutrizionale e metabolomica" Sanitanova; "Microbioti dell'uomo" Dott. DiPierro Mymicrobiota

## CONFERENZE, CORSI E PROGETTI

---

### Conferenze, corsi e progetti

Anno 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"

-Serata dal titolo: "Quale merenda nello zaino? Consigli per una corretta alimentazione in età scolare" presso la scuola dell'infanzia Tatonius.

-Partecipazione alla trasmissione TRC "Custodi della natura - Gli asini di Montebaducco" con Federico Fazzuoli.

Anni 2015/2016: 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.

-Incontri 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..."

-Incontri dal titolo: "Alimentazione in gioco", in collaborazione con il circolo Volley Torrazzo.

-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.

Anno 2017: "Le nuove diete" Lezione presso l'Università del tempo libero - Bagnolo in Piano - RE

-"Nutrire il corpo e la mente. Migliorare le abitudini alimentari tra motivazione e resistenza". Ciclo di incontri organizzati dall'associazione FNP pensionati con il patrocinio del comune di Scandiano (RE) e con la partecipazione della psicologa Dott.ssa Susanna Paterlini.

-"Corso protocollo ReStart" Corso formativo sul protocollo Restart organizzato da UNIPSAS a Correggio RE

-Incontro pubblico organizzato dal CFU Italia. "La Fibromialgia: impatto sociale e lavorativo" presso Handimatica - Bologna

Anno 2018: "Fermentiamo; livello base: Corso teorico e laboratorio pratico" Corso sulla fermentazione a Reggio Emilia.

-"Ruolo del microbiota intestinale nelle patologie autoimmuni e nella fibromialgia" presso il Centro Nubra Medica - Carpi

-"Il miracolo della fermentazione. I cibi fermentati per la salute." Presso la Fiera dei Miracoli - Reggio Emilia

-Canapa e Grani Antichi. Incontro divulgativo al Brixia Benessere Festival - Brescia

Anno 2019: Corso Protocollo Restart avanzato. Akesos e associazione UNIPSAS presso FICO Bologna

-Convegno "Di Pelle e di Pancia. Alimentazione, Microbiota, Ecodermocompatibilità". Relazione dal titolo: La dieta eubiotica e gli alimenti fermentati. Organizzato da Skineco e Dermobiotica. Presso Eataly. Roma.

-Corso Protocollo Restart. Relazione dal titolo: Il protocollo Restart, dalla teoria alla pratica. UNIPSAS, Dott. P. Mainardi. Milano.

-Corso "Il ruolo del microbiota nella salute umana, per il ginecologo e l'ostetrica. Relazione dal titolo "Dieta, microbiota e fertilità. Organizzato dal Dott. M. Pignatti Ambulatorio Villa Richeldi e Proteo. Carpi (MO).

-Corso "Il rapporto del paziente attraverso la rete" ENPAB

## RETI E AFFILIAZIONI

---

### CFU Italia (Comitato Fibromialgici Uniti)

[ 2018 - Attuale ]

In qualità di Biologa Nutrizionista appartengo al Comitato Scientifico dell'associazione CFU Italia. Elaboro piani alimentari personalizzati specifici per le patologie reumatologiche e nello specifico per le persone affette da fibromialgia.

<https://www.cfuitalia.it/>

## UNIPSAS

[ 2019 ]

Sono tra i soci fondatori di questa associazione nata per volontà del Dott. Paolo Mainardi che ha come scopo la formazione di professionisti e la divulgazione delle attuali conoscenze che permettono di intravedere una medicina orientata a curare il microbiota per permettergli di prendersi cura di noi.

<https://www.unipsas.it/>

<https://www.unamedicina.it/>

---

*Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".*

Dott.ssa GIANNINI SARA  
BIOLOGA NUTRIZIONISTA  
Via Pascoli, 99 - Cell. 347 55753596  
42123 REGGIO EMILIA  
Cod. Fisc. GNN SRA 74R42 H223D  
Partita IVA 02559790956

Sara Giannini