

# FEDERICA PESCE

Biologa nutrizionista e divulgatrice scientifica



© European Union, 1995-2021

## INFORMAZIONI DI CONTATTO

**Email:** nutrizionistafedericapesce@gmail.com  
**ndirizzo:**  
**Telefono:** +  
**Data di nascita:** 1  
**Nazionalità:** Italiana  
**Sito Internet:** [www.nutrizionistafedericapesce.it](http://www.nutrizionistafedericapesce.it)

## DESCRIZIONE

Il mio percorso formativo mi ha permesso di comprendere quanto sia importante l'ascolto dell'altro, al fine di perseguire e realizzare un'idea o un interesse altrui. Oggi grazie all'esperienza conseguita nel campo della nutrizione e alimentazione umana ho acquisito maggiore flessibilità mentale e competenza per usare al meglio le mie risorse.

Mi considero una persona motivata, intraprendente, flessibile, dinamica.

Sono abituata ad interagire con gli altri e mi ritengo portata al lavoro in team.

Precisione, serietà, entusiasmo, professionalità, sono le mie qualità principali.

Oltre alla attività di biologa nutrizionista, che svolgo come libera professionista, mi occupo di divulgazione scientifica e di formazione in ambito di alimentazione e nutrizione umana ed in particolare alimentazione sportiva.

## ESPERIENZA

**Biologa Nutrizionista:** Libera professionista

*2020 - Attuale*

BIOLOGA NUTRIZIONISTA iscritta nella sezione A dell'Ordine dei Biologi del Lazio e dell'Abruzzo con il n. AA\_085970 e iscritta all'ENPAB matricola n. 206933

Svolgo la mia attività di biologa nutrizionista come libera professionista, ma collaboro con diversi specialisti in protocolli di cura alimentari mirati al riequilibrio gastrointestinale, alla gestione della sindrome metabolica, alla gestione di protocolli autoimmuni, alla rieducazione nei Disturbi del Comportamento alimentare e nel miglioramento delle performance sportive in atleti professionisti e non professionisti.

**Docente a contratto**

CONI

*Dicembre 2021*

In qualità di esperta in alimentazione e nutrizione umana, ho tenuto un webinar per il progetto di divulgazione scientifica "MENS FIT 2021", promosso dal CONI-COMITATO REGIONALE SARDEGNA, riguardante la relazione tra ciclo mestruale femminile, alimentazione e performance sportiva.

**Docente a contratto**

CONI

*Dicembre 2020*

In qualità di esperta in alimentazione e nutrizione sportiva, ho partecipato all'evento "MENS FIT 2020" promosso dal CONI-COMITATO REGIONALE

## **Divulgatrice scientifica**

**2021 - Attuale**

Nutrizionista Federica Pesce- canale You-Tube

Svolgo attività di **DIVULGAZIONE SCIENTIFICA, FORMAZIONE E PUBLIC SPEAKING** tramite il social network YouTube

Mi occupo di **EVIDENCE BASED NUTRITION** con il focus di divulgare i più recenti contenuti scientifici in ambito di:

- ALIMENTAZIONE FUNZIONALE AL MIGLIORAMENTO DELLO STATO DI SALUTE
- MICROBIOTA INTESTINALE E INTERAZIONI CON SISTEMA IMMUNITARIO
- MICROBIOTA INTESTINALE E INTERAZIONI CON PERFORMANCE SPORTIVA
- DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE

---

## **ISTRUZIONE**

### **Corsi post lauream**

**2025**

Corso: nona edizione: Il microbiota come promotore della salute psico-fisica dell'uomo: approccio clinico integrativo e scientifico multidisciplinare

Corso: Scuola di Alimentazione e Nutrizione Clinica: la Nutrizione Molecolare nei bambini, fondamenti, epigenetica e gestione dei disturbi metabolici- Pharlo

Corso: Scuola di Alimentazione e Nutrizione Clinica: la Nutrizione Clinica ovvero un approccio Integrato alla Salute Intestinale e alla Motilità Gastrica- Pharlo

Corso: Scuola di Alimentazione e Nutrizione Clinica: la Nutrizione Clinica e il Metodo Molecolare nella gestione della SIBO, IBS e IBD- Pharlo

Corso: Introduzione all'Intelligenza Artificiale in Medicina per il personale sanitario- Accmed

**2024**

Corso: La terapia dietetico nutrizionale nell'insufficienza renale cronica: il ruolo dei prodotti a proteici e discussione di casi clinici - Dr Schar

**2023**

Corso: La comunicazione digitale tra medico e paziente - Accmed

Corso: Rischio ambientale da farmaci e sostanze per la cura della persona - Kassiopea group

Corso: Introduzione alla comunicazione strategica nelle professioni sanitarie - Sp srl

Corso: Verso l'alimentazione ideale per cane e gatto - introduzione alle diete industriali, casalina e cruda - Sp srl

Corso: Aging, malattie croniche non trasmissibili e microbiota- Società italiana biologia sperimentale

**2022**

Corso: Slam Sport Nutrition Summit 2023 - SLAM

Corso: Tiroide e Obesità: dalla dieta alla supplementazione - Federlab

Corso: Dieta chetogenica- area gastroenterologica-bariatrica- area neurologica- area oncologica - Fisiocair

Corso: **Dieta chetogenica- apparato locomotore - area psicologica - area respiratoria- Fisioair**

Corso: **Introduzione alla dieta chetogenica- sindrome metabolica - Fisioair**

**2021**

Corso: **Corso di formazione professionisti Metodo Apollo**

Corso: **L'endometriosi: inquadramento clinico, diagnostico e terapeutico aggiornato- Ecmclub**

Corso: **Microbiota e sport : rapporto bidirezionale- Erbenobili**

**2017-2020**

Corso: **Alimentazione e patologie neurodegenerative - Scuola di Nutrizione Salernitana**

Corso: **Alimentazione e Chemioterapia: prima, durante e dopo - Scuola di Nutrizione Salernitana**

Corso: **L' Alimentazione pediatrica da 0 a 10 anni - Scuola di Nutrizione Salernitana** Corso:

**Alimentazione in percorsi di PMA - Scuola di Nutrizione Salernitana**

Corso: **L' Alimentazione pratica nel Body Building, Crossfit e Powerlifting - Scuola di Nutrizione Salernitana**

Corso: **L' Autosvezzamento - Scuola di Nutrizione Salernitana**

Corso: **XVI° corso di Alimentazione e Nutrizione Umana - Scuola di Nutrizione Salernitana**

#### **ATTIVITÀ ACCADEMICHE E DI RICERCA:**

**2025**

Relatrice al II CONGRESSO NAZIONALE DI NUTRIZIONE SPORTIVA: High performance CONI-ONB 2025 per il seguente argomento : ***Nutrizione, sonno e performance- l'alleanza vincente tra nutrienti e microbiota***

Relatrice per il convegno dedicato alla Promozione della salute nel personale di volo: prevenzione, inquadramento diagnostico e opzioni terapeutiche per l'argomento: ***Nutrizione Clinica Integrata: Il Ruolo nella Cura delle Patologie Endocrinologiche, Senologiche, Ginecologiche e Dermatologiche***

**Titoli di laurea**

2018-2020

**Laurea Magistrale (LM-61 ) Scienze dell'Alimentazione Umana con votazione di 108/110 - Università Telematica san Raffaele**

2014-2017

**Laurea Triennale (L-13) Scienze dell'Alimentazione e Nutrizione Umana con votazione di 110/110 -Università Campus Bio-medico**

**COMPETENZE**

Competenze informatiche: ottima conoscenza del pacchetto Office, Word, Excel, Power Point.

Capacità e competenze organizzative: dispongo di elevate capacità organizzative e gestionali anche in situazioni di particolare complessità, ho una personalità pragmatica e un carattere cordiale ed estroverso. Manifesto buone capacità a lavorare in team, ma anche in autonomia. Mi considero una persona curiosa, ben predisposta all'ascolto dell'altro e dotata di empatia.

Capacità e competenze tecniche: sono una persona in grado di adattarsi ai cambiamenti e imprevisti che intervengono sul lavoro, senza scoraggiarmi. Ho elevate capacità di sintesi e gestione rischi e imprevisti e una buona gestione delle situazioni di stress.

**LINGUE**

**Inglese:** divello intermedio

**Francese:** Livello base

**CERTIFICATI E CORSI**

Corso di qualificazione professionale come Sommelier presso la Fondazione Italiana Sommelier

**RICONOSCIMENTI E PREMI**

borsa di studio studenti meritevoli Fondazione Sebastiano e Rita Raeli per Università degli studi di Roma :lor nergata:

**INTERESSE**

Amo viaggiare, pratico nuoto, corsa, yoga e amo cucinare e ascoltare musica di vario genere. Mi dedico molto alla lettura specie di natura scientifica in ambito di alimentazione sportiva, psicobiologia, disturbi del comportamento alimentare, microbiota umano e medicina funzionale.

**PATENTE DI GUIDA B, AUTOMUNITA**

Si

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base alle norme di legge vigenti