

FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **PALMA SARA**
Indirizzo **15, Via Nicola Sacco, 73057, Taviano, LE**
Telefono **3701235905**
CF **PLMSRA89S56L419E**
P. Iva **04908790753**
E-mail **sara89palma@gmail.com pec: sara.palma@biologo.onb.it**

Nazionalità ITALIANA
Data di nascita 16/11/1989

ESPERIENZA LAVORATIVA

- **Date (da – a)** DAL GENNAIO 2018 AD OGGI
- **Tipo di impiego** Libera professione in qualità di biologa nutrizionista

- **Attività svolte** Valutazione dello stato nutrizionale e dei fabbisogni energetici; Valutazione della composizione corporea, mediante analisi antropometrica e bioimpedenziometrica; Elaborazione di piani alimentari personalizzati in condizioni fisiologiche e patologiche; Educazione alimentare

- **Indirizzo** STUDIO – Via Aurelio Saffi, 22 73057 Taviano (LE)

- **Date (da – a)** DAL 23 FEBBRAIO 2017 AL 13 AGOSTO 2017
- **Tipo di impiego** Tirocinante attivata dal progetto “GARANZIE GIOVANI”: Codificazione delle caratteristiche chimiche, microbiologiche, fisiche ed organolettiche dei prodotti alimentari.
Laboratorio di produzione artigianale “Mandorla e Miele Sas di Agnese Cimino, Via Fellingine 20 Alliste (LE)

- **Nome ed indirizzo del datore di lavoro**

- **Date (da – a)** DA AGOSTO 2016 AD OGGI
- **Tipo di impiego** Tirocinante volontaria
Studio Biologo Nutrizionista della Dott.ssa Romano A.
Via Don Minzoni, 3 – Gallipoli (LE).

- **Date (da – a)** DAL 1 APRILE 2015 AL 30 DICEMBRE 2015
- **Tipo di impiego** TIROCINANTE (TIROCINIO FORMATIVO PRE-LAUREA MAGISTRALE)
POLO ONCOLOGICO “GIOVANNI PAOLO II” PRESSO OSPEDALE “ VITO FAZZI”.
PIAZZA F. MURATORI – LECCE.

- **Nome ed indirizzo del datore di lavoro**

- **Date (da – a)** DAL 2 OTTOBRE 2012 AL 9 NOVEMBRE 2012
- **Tipo di impiego** TIROCINANTE (TIROCINIO FORMATIVO PRE-LAUREA TRIENNALE)

• Nome ed indirizzo del datore di lavoro

- Date (da – a)
- Tipo di impiego
- Nome ed indirizzo del datore di lavoro

- Date (da – a)
- Tipo di impiego
- Nome ed indirizzo del datore di lavoro

- Date (da – a)
- Tipo di impiego
- Nome ed indirizzo del datore di lavoro

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date
- Qualifica conseguita

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Qualifica conseguita

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Qualifica conseguita

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Qualifica conseguita

**P.O. “S. CATERINA NOVELLA” - GASTROENTEROLOGIA
VIA ROMA – GALATINA (LE).**

DAL 2008 AD OGGI

Insegnante di danza classica, modern- jazz e hip hop.
Scuola di Danza “LIVE YOUR BODY - Performance” di Gatto V.
Via Francesco Quarta, 8 - Racale (LE).

DA GENNAIO 2006 A GENNAIO 2008

Cassiera, scaffalista.
Negozio “La merceria Maris” di Pizzolante M.
Via Vittorio Emanuele III, 52 - Taviano (LE).

DA LUGLIO 2006 A SETTEMBRE 2006

Cassiera, addetta bar.
Ristorante/Pizzeria “Capri” di Stamerra L.
Strada Prov. 215, Marina di Mancaversa – Taviano (LE).

22 luglio 2016

Esame di stato per il conseguimento dell’abilitazione all’esercizio della professione di Biologo Senior. (Università del Salento - I sessione anno 2016)

Settembre 2013 - Aprile 2016

UNIVERSITÀ DEL SALENTO
FACOLTÀ DI SCIENZE MATEMATICHE, FISICHE E NATURALI
CORSO DI LAUREA MAGISTRALE IN BIOLOGIA

Laurea Magistrale in Biologia - curriculum Nutrizione umana (classe LM-6) con votazione 110/110 e lode. Titolo della tesi di laurea sperimentale: **ADERENZA ALLA DIETA MEDITERRANEA E ANALISI DELLO STILE DI VITA NELLA VALUTAZIONE DELL’INCIDENZA DELLE NEOPLASIE NEL BASSO SALENTO IN PAZIENTI ONCOGERIATRICI.** Relatore Prof.ssa Anna Maria Giudetti, Correlatore Dott.ssa Silvana Leo.

Settembre 2008 - Aprile 2012

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI CAMERINO
FACOLTA’ DI BIOSCENZE E TECNOLOGIE
LAUREA IN SCIENZE BIOLOGICHE

Corso di laurea in BIOLOGIA DELLA NUTRIZIONE (CLASSE L12)

Laurea Triennale in Biologia della Nutrizione (classe LM-6) con votazione 110/110. Titolo della tesi: **ORGANIZZAZIONE DI UN AMBULATORIO DI NUTRIZIONE CLINICA E VALUTAZIONE NUTRIZIONALE IN PAZIENTI CELIACI**

Relatore Prof.ssa Valeria Polzonetti Correlatore Dott.ssa Stefania Chiri.

Settembre 2003 - Luglio 2008

ISTITUTO D’ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE “Q. ENNIO” Liceo Classico

Diploma di maturità classica

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

MADRELINGUA

ITALIANO

ALTRE LINGUA

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

INGLESE

BUONO

BUONO

BUONO

CAPACITÀ E COMPETENZE

RELAZIONALI

Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.

Buone capacità relazionali e di problem solving sviluppate durante diversi tirocini presso varie strutture ospedaliere, dove ho avuto modo di interagire con diverse figure professionali. Ottime capacità relazionali dovute soprattutto all'esperienza sportiva, nelle vesti di ballerina e di insegnante, presso la summenzionata Scuola di Danza, da me frequentata dall'età di tre anni.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.

Buone capacità organizzative sviluppate durante le esperienze di tirocinio universitarie. Capacità di lavorare in gruppo e con diverse figure per il raggiungimento di specifici obiettivi posti da progetti di ricerca. Capacità di elaborare e discutere i risultati ottenuti. Capacità di coordinamento maturata in seguito all'attività svolta come insegnante di danza classica modern-jazz, hip-hop e ginnastica dolce per anziani.

CAPACITÀ E COMPETENZE

TECNICHE

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

Ottima conoscenza del pacchetto Microsoft Office e della rete internet.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ARTISTICHE

Musica, scrittura, disegno ecc.

Ottime capacità artistiche sviluppate nell'ambito della danza dove mi confronto sia come ballerina, sia come insegnante di varie discipline.

PATENTI

In possesso della Patente di guida categoria B.

ULTERIORI INFORMAZIONI

CORSI DI FORMAZIONE

30 Maggio 2018, Seminario online – SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **“La Cellulite: strategie alimentari ed esercizio fisico”**. Docente: Dott. Vincenzo Tortora

19 Aprile 2018, Seminario online – SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **“La gestione nutrizionale del paziente obeso nella chirurgia bariatrica”**. Docente: Dott. Gamal I. G.Soliman

22 Febbraio 2018, Seminario online – SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **“AUTOSVEZZAMENTO: come supportare l'autoregolazione”**. Docente: Dott.sa Arianna Rossoni

25 Gennaio 2018, Seminario online ERBENOBILI: **“L'approccio integrato nella PNEI (PSICO-NEURO-ENDOCRINO-IMMUNOLOGIA)”**. Relatore:Luigi De Benedittis

14 Novembre 2017, Seminario ERBENOBILI : **“Approcci terapeutici in gravidanza e allattamento.”** Relatore Giulia Zinno

22 Settembre 2017, Seminario JATREIA: **“STATO DELL'ARTE**

NELL'ALLANEMANETO DELLA DONNA". Relatori: Dott. Stefano Zambelli, Dott. Massimiliano Mazzilli

20 Settembre 2017, Seminario online ERBENOBILI: **"Impiego di Fitoterapici Spagiryci nel soggetto obeso con sindrome metabolica"**.

6 Agosto 2017, Seminario online ERBENOBILI: **"Oligoterapia: Approfondimento diatesi e approcci terapeutici"**.

25 Luglio 2017, Webinar organizzato da SANAINFORMAZIONE: **"Fame emotiva vs fame biologica"**. Relatore: Dott.ssa Claudia Pinna

18 Luglio 2017, Webinar organizzato da SANAINFORMAZIONE: **Nutrigenetica: lo stato dell'arte"**. Relatore: Dott. Andrea Iorio

11 Luglio 2017, Webinar organizzato da SANAINFORMAZIONE: **"SPEZIE DAL MONDO"**. Relatore: Dott.ssa Claudia Plantania

21 Giugno 2017, Seminario online ERBENOBILI : **"Gemmoterapia teorica e applicata"**.

29 Maggio 2017, Seminario online ERBENOBILI : **"LEAKY GUT E MALATTIE AUTOIMMUNI"**.

24 Maggio 2017, Seminario online ERBENOBILI : **" Fondamenti di oligoterapia nutrizionale"**.

5 Ottobre 2016, Seminario online – SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **" La diagnostica per lo studio delle allergie e intolleranze alimentari al servizio del nutrizionista"**. Docente: Dott. Andrea Del Buono

18 Novembre 2015, Seminario online - SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **"Nichel e Alimentazione oltre la Dieta ad Esclusione"**. Docente: Dott.ssa Arianna Rossoni.

28 Aprile 2015, Seminario online - SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **"L'approccio evolutivo (PALEO) alle malattie autoimmuni"**. Docente: Dott.ssa Andrea Luchi.

Settembre - Dicembre 2014, 9° Corso di Aggiornamento e Formazione in Alimentazione e Nutrizione Umana organizzato dalla SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana).

12 Novembre 2014, Seminario online - SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **"PCOS: Strategie Nutrizionali"**. Docente: Dott.ssa Arianna Rossoni.

22-23 Novembre 2014, Corso di formazione online SNS (Scuola di nutrizione Salernitana): **"CONSULENTE IN IGIENE DEGLI ALIMNETI E GESTIONE DEL SISTEMA H.A.C.C.P."**.

7 Ottobre 2014, Seminario online SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **Integrazione e Supplementazione per la Forma Fisica e la Performance Sportiva**. Docente Dott. Vincenzo Tortora

16 Settembre 2014 Seminario online SNS (Scuola di Nutrizione Salernitana): **"Dalla "Salute" alla "Salute Estetica": strategie nutrizionali nel Body Building e nel Fitness"**. Docente: Dott. Vincenzo Tortora

PARTECIPAZIONE A CONGRESSI

26-27 Ottobre 2018, Roma (ancora in corso) Corso avanzato Ketolearning III MODULA: LA PRATICA Responsabile Scientifico: Dott. Cherubino Di Lorenzo

15-16 Giugno 2018, Roma Corso avanzato Ketolearning II MODULO: LA CLINICA Responsabile Scientifico: Dott. Cherubino Di Lorenzo

20-21 Aprile 2018, Roma Corso avanzato Ketolearning I MODULO: I FONDAMENTI Responsabile Scientifico: Dott. Cherubino Di Lorenzo

28 Ottobre 2017, Lecce "Fondamenti clinici di medicina mitocondriale: il benessere e la longevità cellulare con l'uso di amminoacidi, vitamine, oligoelementi e anti-ossidanti".

29 aprile 2017, Lecce "Microbiota intestinale e salute dell'ospite: la nuova frontiera"

3 Dicembre 2016, Lecce " CUTE, ALIMENTAZIONE E BELLEZZA Elementi di nutrigenomica".

15 Ottobre 2016, Bari " Microbiota Intestinale ed Epigenetica: Attualità e Prospettive in Nutrizione".

24 Settembre 2016, Bari “ FULL IMMERSION PER IMPOSTARE LE BASI CORRETTE PER LO SVOLGIMENTO E L’INTERPRETAZIONE DI UN’ANALISI BIA E BIVA PERCORSI FUNZIONALI DI VALUTAZIONE DELLO STATO NUTRIZIONALE E COMPOSIZIONE CORPOREA CON BIOIMPEDENZIOMETRIA CONVEZIONALE (BIA) E VETTORIALE (BIVA)”:

5 Luglio 2016, Lecce “Ruolo della nutrizione nella prevenzione delle patologie cronico-degenerative”. Dream ASLLECCE

28 Maggio 2016, Lecce “NUTRIZIONE E NUTRACEUTICA IN CARDIOLOGIA: le nuove frontiere del Ben-essere”. Campus Ecotekne - Università del Salento

19 Maggio 2016, Padova “LA TERAPIA NUTRIZIONALE IN ONCOLOGIA”. Corso AIOM SINPE

13-14 Maggio 2016, Lecce 7° Congresso oncologia Geriatrica Salentina: TRATTAMENTO PERSONALIZZATO NELL’ANZIANO “NON FIT”. GOIM

18-19 Dicembre 2015, Francavilla Fontana “La parola agli esperti: ALIMENTAZIONE, STILE DI VITA E CANCRO”. GOIM

12-13 Giugno 2015, Lecce “IV CORSO RESIDENZIALE SUI NET Importanza della multidisciplinarietà.

23 Maggio 2015, Lecce “DIETA MEDITERRANEA E TUMORI DALLA TRADIZIONE ALLA RICERCA.

14 Maggio 2015, Lecce “DIAGNOSI E TERAPIA DEL NSCLC: DISCUTERE CON ESPERTI IN ROSA PINK LUNG CANCER

8-9 Maggio 2015, Lecce “6° CONGRESSO ONCOLOGIA GERIATRICA SALENTINA Aging with Cancer.

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