

Curriculum Vitae
Dott. Nicola Savarese - Biologo Nutrizionista

DATI PERSONALI

Nome e Cognome: Nicola Savarese

Luogo e data di nascita: Vico Equense (NA) il 02.04.1985

Professione: Biologo Nutrizionista iscritto all'Ordine Nazionale dei Biologi Sezione A (n° 072964)

Studio Privato: Riviera di Chiaia 276, Napoli 80121

Mobile: +39 342 8699109

Mail: nicola@nicolasavaresenutrizionista.it

Sito internet: <https://www.nicolasavaresenutrizionista.it>

COMPETENZE LAVORATIVE

Biologo Nutrizionista:

- **valutazione della composizione corporea:** antropometria (rilevazione del peso e dell'altezza); rilevazione circonferenze cutanee; esecuzione plicometria; esecuzione bioimpedenziometria (convenzionale e vettoriale); esecuzione adipometria; valutazione metabolica basale; valutazione energetico funzionale; determinazione del peso ideale;
- **elaborazione profili/piani dietetici personalizzati:**
 - ✓ per individui sani;
 - ✓ per soggetti in particolari condizioni fisiologiche: gravidanza, allattamento, infanzia, età senile, menopausa;
 - ✓ per il trattamento del sovrappeso, dell'obesità e del dimagrimento localizzato;
 - ✓ per il trattamento di condizioni patologiche accertate: diabete, iperinsulinemia, steatosi epatica, ipercolesterolemia, ipertrigliceridemia, malattie metaboliche, ipertensione, ipotiroidismo, osteoporosi, patologie renali (insufficienza renale e calcolosi renale), sindrome dell'ovaio policistico;
 - ✓ disturbi gastrointestinali: reflusso gastro-esofageo, ernia iatale, gastrite, colite, colon irritabile, stipsi, diarrea, diverticolite, gonfiore addominale, meteorismo;
 - ✓ per problemi dermatologici: psoriasi, cellulite, acne;
 - ✓ per l'attività fisica e sportiva: sport di endurance, di potenza e misti;
 - ✓ per vegetariani e vegani;
 - ✓ per allergie ed intolleranze alimentari: intolleranza al glutine, celiachia, intolleranza al lattosio;
- **elaborazione piani di integrazione:**
- **elaborazione piani nutrizionali per la ristorazione collettiva:**
- **consulenza per analisi nutrigenetiche e nutrigenomiche, allergie ed intolleranze alimentari:**
- **sostegno alimentare per disturbi del comportamento alimentare:** anoressia, bulimia, binge eating disorder;
- **educazione alimentare; informazione e divulgazione medico-scientifica.**

FORMAZIONE UNIVERSITARIA

- **Laurea in Scienze e Tecnologie Farmaceutiche** presso la Seconda Università degli Studi di Napoli, Facoltà di Medicina e Chirurgia.
- **Laurea Magistrale in Scienza degli Alimenti e Nutrizione** (LM-61 classe delle lauree magistrali in Scienze della Nutrizione Umana) presso l'Università degli Studi di Napoli "Federico II".
- **Master di II livello in Dietetica e Nutrizione** (in corso) presso la Fondazione Policlinico "A. Gemelli" dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, Roma.
- **Perfezionamento Universitario in Diete e Terapie Nutrizionali Chetogeniche: Integratori e Nutraceutici** (in corso) presso l'Università degli Studi di Salerno.

ATTIVITÀ DI FORMAZIONE UNIVERSITARIA

- 2017, **Tirocinio presso l'Unità Operativa di Dietetica e Nutrizione del Policlinico Universitario Agostino Gemelli.** Gestione di casi clinici ambulatoriali: accogliimento, individualizzazione dello stato fisiologico/patologico del paziente, anamnesi alimentare, esecuzione di indagini antropometriche e bioimpedenziometriche, assistenza alla visita medica, elaborazione di un piano di trattamento dietetico e di educazione alimentare con spiegazione dei contenuti e delle indicazioni del piano. Unità Operativa di Dietetica e Nutrizione, Fondazione Policlinico Agostino Gemelli, Roma.
- 2014, **Laboratorio di Tecnologie Alimentari.** Università degli Studi di Napoli Federico II, Facoltà di Agraria.
 - Analisi dell'anidride solforosa nei vini mediante titolazione iodimetrica.
- 2012, Relatore del Seminario: **Psicosi Alimentari.** Università degli Studi di Napoli Federico II, Facoltà di Agraria.

Descrizione delle caratteristiche, dei criteri diagnostici e del trattamento dei disturbi del comportamento alimentare (anoressia, bulimia e disturbi dell'alimentazione non altrimenti specificati).
- 2012, **Laboratorio di Microbiologia dei Probiotici.** Università degli Studi di Napoli Federico II, Facoltà di Agraria.
 - Analisi dei principali microrganismi probiotici (Bifidobacterium, Lactobacillus, Enterococcus e Bacillus).

- 2010, **Laboratorio di Analisi dei Medicinali**. Università degli Studi di Camerino.
 - Analisi di medicinali per via volumetrica e per via spettrofotometrica UV – Vis e sviluppo dei calcoli stechiometrici ad essi relativi. Determinazione quantitativa dei principi attivi seguendo le direttive della Farmacopea Ufficiale Italiana ed Europea.
 - Identificazione di sostanze incognite di interesse farmaceutico utilizzando le tecniche descritte dalla Farmacopea Ufficiale. Identificazione di caratteristiche strutturali di composti di interesse farmaceutico mediante prove di solubilità, analisi elementare qualitativa e saggi di riconoscimento generali. Determinazione di caratteristiche molecolari dei composti di interesse farmaceutico attraverso il punto di fusione e il punto di ebollizione. Utilizzo delle principali tecniche di separazione e purificazione dei principi attivi presenti nella Farmacopea. Tecniche di base sull'uso della spettroscopia.

- 2008, **Attività di Informazione Medico Scientifica con il tutoraggio di un informatore dell'azienda farmaceutica "AstraZeneca"**.

- 2008, **Laboratorio di Microbiologia Clinica e Parassitologia**. Seconda Università degli Studi di Napoli, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Dipartimento di Medicina Sperimentale, Sezione di Microbiologia e Microbiologia Clinica.
 - **Microbiologia e Parassitologia:**
 - ✓ Accettazione campioni in batteriologia, sierologia e parassitologia;
 - ✓ Verifica idoneità campioni;
 - ✓ Preparazione dei terreni di coltura;
 - ✓ Semina campioni su terreni di coltura;
 - ✓ Identificazione batterica;
 - ✓ Colorazione di Gram;
 - ✓ Allestimento antibiogramma (MIC e Kyrbi bauer);
 - ✓ TAS, PCR, R. Test in nefelometria;
 - ✓ Reazioni di agglutinazione (TPHA-RPR-VIDAL WRIGHT);
 - ✓ Preparazione e allestimento campioni per esami parassitologici;
 - **Indagini Urinarie:**
 - ✓ Analisi delle urine in manuale e in automatico, lettura strisce;
 - ✓ Centrifugazione e lettura sedimento, citofluorimetria di campioni di urine;
 - ✓ Proteine urinarie;
 - ✓ Osmolarità sierica e urinaria;
 - **Diagnostica di Chlamydiaceae:**
 - ✓ Ruolo svolto dalla Chlamydia Pneumoniae nelle infezioni persistenti e nelle malattie infiammatorie cronico degenerative dell'ospite.

- 2007, **Attività di Farmacia Ospedaliera.** Azienda Ospedaliera Universitaria “Seconda Università degli Studi di Napoli”.
 - **Informazione e documentazione scientifica:**
 - ✓ Interrogazione di banche dati ed altre fonti informative, reperimento di voci bibliografiche, interpretazione dei dati di lavori clinici, revisioni sistematiche, metanalisi;
 - ✓ Attività di informazione passiva: elaborazione di risposte a quesiti specifici;
 - ✓ Attività di informazione attiva: partecipazione alla elaborazione di progetti con produzione di testi rivolti a sanitari o pazienti/cittadini.
 - **Farmacovigilanza e vigilanza sui dispositivi medici:**
 - ✓ Partecipazione alle attività di raccolta, analisi e monitoraggio delle segnalazioni di reazioni avverse da farmaci, incidenti/mancati incidenti conseguenti all’impiego di dispositivi medici;
 - ✓ Gestione dei flussi informativi inerenti il sistema di farmacovigilanza, quali la segnalazione spontanea delle ADRs, il sistema nazionale di registrazione, i principali siti informativi, il sistema di allerta nazionale e locale;
 - ✓ Produzione di almeno 4 reports informativi di feed-back destinati ai medici ed operatori sanitari;
 - ✓ Partecipazione allo sviluppo di almeno un progetto di farmacovigilanza attiva;
 - ✓ Partecipazione a interventi di vigilanza ispettiva agli armadi farmaceutici di reparto.
 - **Farmacoeconomia:**
 - ✓ Gestione dei flussi informativi inerenti il sistema di farmacoeconomia;
 - ✓ Produzione di almeno 4 reports informativi di feed-back destinati ai medici ed operatori sanitari;
 - ✓ monitoraggio della prescrizione e management della spesa farmaceutica.

- 2006, **Laboratorio di Farmacologia Sperimentale, in vivo e in vitro.** Seconda Università degli Studi di Napoli, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Dipartimento di Medicina Sperimentale, Sezione di Farmacologia “L. Donatelli”.

- 2006, **Laboratorio di Igiene Generale.** Seconda Università degli Studi di Napoli, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Dipartimento di Medicina Sperimentale, Sezione di Igiene, Medicina del Lavoro e Medicina Legale.
 - ✓ Le principali metodiche di disinfezione e sterilizzazione;
 - ✓ Controlli biologici di sterilizzazione;
 - ✓ Isolamento ed identificazione di microrganismi dalle matrici ambientali;
 - ✓ Genotipizzazione dei microrganismi responsabili di epidemie nell’ambiente ospedaliero.

PARTECIPAZIONE A CORSI, SEMINARI, STAGE

- *Scientific Library: risorse dalla letteratura sul compartimento della massa muscolare e la bioimpedenziometria.* Akern in collaborazione con Jatreia.
- *Bia e Sport: interpretazione e confronto su casi pratici.* Akern in collaborazione con Jatreia.
- *Utilizzo integrato dei Probiotici nella pratica clinica.* Napoli, Bromatech Alimenti MicroBioMedicati.
- *Forum BSB Bellezza, Salute e Benessere* (Topics: Chirurgia Plastica, Medicina Estetica, O.R.L., Odontoiatria Estetica, Dermatologia, Ginecologia, Flebologia, Alimentazione e Antiage). Caserta, MP s.r.l. Congressi e Comunicazione in collaborazione con l'Università degli Studi di Napoli Federico II, la Seconda Università degli Studi di Napoli e l'Università degli Studi di Salerno.
- *Bia e Nutrizione: interpretazione e confronto su casi pratici.* Akern in collaborazione con Jatreia.
- *Malattie Endocrino-Metaboliche.* Napoli, Matmedia s.r.l.
- *La ricerca clinica in fibrosi cistica: teoria e pratica per una migliore gestione.* FAD – ECM Zadig.
- *11° Congresso Nazionale GastroCare.* Avellino, GastroCare in collaborazione con Matmedia s.r.l.
- *Zona di equilibrio ormonale. Strategia alimentare antinfiammatoria* (Dr. Berry Sears). Roma, Akesios (Formazione & Congressi Group).
- *Spagyria ed Alchimia tra mito, medicina e psicologia.* Scuola di Nutrizione Salernitana in collaborazione con Erbenobili Spagyric Lab.
- *Il paziente non dimagrisce: cause, metodologie e risoluzioni.* Napoli.
- *Adipometria.* Jatreia in collaborazione con HOSAND Technologies.
- *Il ruolo del Biologo Nutrizionista nella gestione della Malnutrizione.* Roma, ENPAB in collaborazione con Akesios (Formazione & Congressi Group).
- *Bioimpedenziometria, Adipometria e l'impiego di Strumenti Informatici in Dietoterapia.* Roma, Akern in collaborazione con Jatreia e METEDA.
- *Bia e Sport: interpretazione e confronto su casi pratici.* Akern in collaborazione con Jatreia.
- *Dalla Ricerca al Piacere della Tavola. Quando la scelta è culturale.* Consorzio ISMESS (Istituto Mediterraneo Scienze Sanitarie) in collaborazione con l'Ospedale Pediatrico Santobono Pausilipon.
- *Sport, cibo e comportamenti psico-sociali: uniti per il benessere.* Montoro (AV), Borgo Salus in collaborazione con Unione Sportiva Acli (US Acli).
- *Valutazione della composizione corporea con bioimpedenziometria convenzionale e vettoriale.* Roma, Akern in collaborazione con Jatreia.
- *Benessere Donna: Aspetti Metabolici e Nutrizionali, nutrirsi bene per vivere meglio.* Napoli, Blè Consulting s. r. l. con il patrocinio dell' Ordine dei Medici - Chirurghi e Odontoiatri, ASL Regione Campania Napoli 1 Centro, in collaborazione con SUMAI Assoprof (Sindacato Unico Medicina Ambulatoriale Italiana e Professionalità dell'Area Sanitaria), SIFOP (Società italiana di formazione permanente per la medicina specialistica) e A.Gi.Co. (Associazione Ginecologi Consultoriali).

- *Reazioni avverse agli alimenti, Obesità e VLCKD*. Roma, Akesios (Formazione & Congressi Group) in collaborazione con S.D.M. (Società Dietetica Medica) e Cyto diagnostic s.r.l.
- *Update su adiposità, cellulite e dieta chetogenica*. Napoli, DS Medica e Micron Biosearch, coordinato dal Prof. Maurizio Ceccarelli e dal Prof. Luca Scalfi.
- *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 di nutrizione e composizione corporea con bioimpedenziometria convenzionale (BIA) e vettoriale (BIVA)*. Salerno, Akern in collaborazione con MedicalCalò.
- *Chetosi: ritorno alle origini. Come e perché una dieta chetogenica, oltre al dimagrimento, assicura uno stato di salute e benessere*. Scuola di Nutrizione Salernitana in collaborazione con Therascience.
- *Stage Avanzato di Nutrizione Integrata*. Azienda Ospedaliera "G. Rummo" di Benevento, Struttura Semplice Dipartimentale di Nutrizione e Medicine Complementari (direttore Dott. Luigi Coppola).
- *Donne, Cellulite, Nutrizione ed Esercizio Fisico: Strategie Alimentari per gli inestetismi femminili*. Scuola di Nutrizione Salernitana.
- *Bia e Nutrizione: interpretazione e confronto su casi clinici*. Akern in collaborazione con Jatreia.
- *Le malattie croniche e l'alimentazione consapevole: Dieta Mediterranea*. Mapy Consulenza e Servizi.
- *Tecniche e metodologie Spagiriche*. Napoli, Erbenobili Spagyric Lab.
- *Attività Fisica e Nutrizione Sportiva*. SIFA (Scuola Italiana Fitness e Alimentazione). Pozzuoli (NA).
- *Nutrizione per lo Sport di base e terza età*. ISOLIMPIA in collaborazione con il centro Studi AGAR Sport Management e l'associazione culturale per la divulgazione scientifica SDeCA - Scienza, Dieta e Corretta Alimentazione. Terme di Agnano, Napoli.
- *Il Decision Making in Nutrizione Pediatrica: rendere facili le scelte salutari*. Consorzio ISMESS (Istituto Mediterraneo Scienze Sanitarie) in collaborazione con l'Ospedale Pediatrico Santobono Pausilipon.
- *#iopesolamiasalute* (Prof. Pier Luigi Rossi). Foyer Teatro Brancaccio di Roma.
- *Fisiologia e Patologia dell'Alimentazione e della Nutrizione dal Bambino all'Adulto*. Policlinico di Roma Umberto I, Università Sapienza, Dipartimento di Scienze Odontostomatologiche e Maxillo Facciali.
(Nutrizione Umana: dalla biochimica alla cura del paziente; Bulimia Nervosa: Una epidemia invisibile; La dieta ospedaliera in una società multiculturale; Il bambino e il suo cibo; La qualità degli alimenti nella ristorazione ospedaliera oggi)
- *Avanguardia e Innovazione in Nutrizione per lo Sport. Tecniche e Soluzioni per la forma fisica e la performance sportiva*. Scuola di Nutrizione Salernitana.
- *Nutrizione Integrata: piano nutrizionale e nutraceutica fisiologica*. Azienda Ospedaliera "G. Rummo" di Benevento.
- *Obesità in età pediatrica e sue complicanze*. Associazione Culturale "La casa di Pat".
- *BenEssere in Tavola e...* Associazione Culturale "Orione", Napoli.
- *La Dietetica: nuove frontiere nella comunicazione*. Scuola di Nutrizione Salernitana.

- *Nuovo codice europeo contro il cancro* (a cura del Prof. Franco Berrino). U.O.C. Gestione Risorse Umane - Ufficio Formazione, Azienda Ospedaliera Universitaria "Federico II".
- *Consulente in igiene degli alimenti e gestione del sistema H.A.C.C.P.*. Scuola di Nutrizione Salernitana.

CONOSCENZE LINGUISTICHE

- Inglese: buona conoscenza della lingua scritta e parlata.

CONOSCENZE INFORMATICHE

- Sistemi operativi: Windows Me/XP/Vista - Mac OS X;
- Microsoft Office: Word, Excel, Outlook, Access, Powerpoint;
- Browser: Mozilla Firefox, Internet Explorer, Google Chrome, Safari;
- Software per l'elaborazione di piani dietetici e alimentari: Winfood, Metadieta, Progeo, Progettodieta.