

# CURRICULUM VITAE

## SERENELLA CAVINATO



### Informazioni personali

Nome	<b>Serenella Cavinato</b>
Indirizzo	Via Chioffi 8, Chignolo Po (Pavia)
Telefono	3297476069
E-mail	cavinato.nutrizionista@gmail.com
Sito internet	<a href="https://www.nutrizionistacavinato.it">https://www.nutrizionistacavinato.it</a>
Nazionalità	Italiana
Data di nascita	15 dicembre 1987

### Istruzione e formazione

Novembre 2014 **Esame di Stato**, conseguimento all'abilitazione professionale di Biologo, sez. A, con numero AA\_072053

#### Marzo 2014 **Laurea magistrale in Neurobiologia presso Università degli Studi di Pavia**

Titolo della tesi sperimentale: "Interazione tra astrociti e linfociti T CD4+: meccanismi cellulari e conseguenze funzionali" con votazione 108/110. Relatore: Rosanna Nano (Professore ordinario presso Università di Pavia), Correlatore: Claudia Verderio (Ricercatore presso CNR di Milano)

#### Settembre 2011 **Laurea triennale in Biologia presso Università degli Studi di Pavia**

Titolo della tesi sperimentale: "Analisi bioinformatica delle varianti polimorfiche nel gene SCN5A implicate nella regolazione della durata dell'intervallo elettrocardiografico QT " con votazione 99/100. Relatrice: Guglielmina Ranzani (Professore ordinario presso l'Università di Pavia); Correlatrice: Silvia Bione (Ricercatore presso CNR Pavia)

Luglio 2006 **Diploma di maturità linguistica** (lingue studiate: inglese, francese, tedesco) presso Liceo linguistico "M. Gioia", Piacenza

### Tirocini Universitari

- Gennaio 2013 - marzo 2014 Svolgimento tirocinio presso il laboratorio di Farmacologia e Patologia del Sistema Nervoso, Istituto Clinico Humanitas, Rozzano (Milano)
- Novembre-giugno 2012 Svolgimento tirocinio presso il laboratorio di Elettrofisiologia di membrana, Dipartimento di Fisiologia generale di Pavia. Responsabili: Mauro Toselli (Professore ordinario presso l'Università di Pavia), Gerardo Biella (Professore associato presso l'Università di Pavia)
- Marzo-settembre 2011 Svolgimento tirocinio presso il laboratorio di Biologia computazionale, Istituto di genetica molecolare- CNR di Pavia. Responsabile: Silvia Bione (Ricercatore presso CNR Pavia)

## Formazione post-laurea

- Dal 2015 segue annualmente numerosi **convegni e corsi di formazione professionale ECM/FAD**
- Gennaio - marzo 2015 **Tirocinio in biologia nutrizionale presso centro medico Artemedica, Milano con focus particolare sulle patologie oncologiche, alimentazione vegetariana e vegana**
- Ottobre - Dicembre 2014 **Master in Nutrizione Umana Nutrifer**
- Maggio 2014 **Laboratorio di Biologia Molecolare- Tecniche abilitanti 40 ore -Regione Lombardia- Cesvip Lombardia - Parco Tecnologico Padano Lodi**

## Esperienza lavorativa

- Dal 2022 collabora attivamente con il Dott.gastroenterologo Luigi Maione, con il Dott.Stefano Manera, con la Dott.ssa fisioterapista Carla Cantiani specializzata in rieducazione del pavimento pelvico
- Da dicembre 2021 tiene corsi ciclici di cucina vegana –parte teorica- presso la scuola di cucina vegana **Funny Veg Academy di Milano**
- Da maggio 2020 ha l'incarico di **membro supplente del Comitato di Salvaguardia per l'Imparzialità (CSI) di Certiprodop srl**
- Collabora fin dal 2015 con medici, gastroenterologi, odontoiatri, fisioterapisti, psicoterapeuti
- Gennaio 2020 collabora con la rivista **“Cucina Naturale”**
- Da ottobre 2018 collabora ed è relatrice a diversi incontri presso il nido famiglia **“La Casa del Caracol”, Lodi**
- Da giugno 2018 tiene **corsi di cucina vegana** in collaborazione diversi chef
- Ottobre 2017-Gennaio 2018 relatrice per un ciclo di incontri informativi in merito all'alimentazione del bambino, dallo svezzamento ai primi anni di vita
- Gennaio 2017 relatrice al convegno **“L'alimentazione è salute” - San Severo (FG)**
- Ottobre 2016 relatrice al convegno **“Alimentazione a base vegetale, in cosa consiste e quali sono i vantaggi” -Legnano**
- Ottobre 2016 relatrice al convegno ECM **“Prevenzione delle patologie professionali degli autotrasportatori - Monza**
- Aprile 2016 **collaborazione al libro “Bimbo sano vegano” capitolo “Come organizzare una spesa vegana e sostenibile” edizioni Mondadori 2016, autori M.De Petris, P.La Monaca, G.Giunta**
- Aprile 2016 relatrice al convegno **“Alimentazione e riabilitazione respiratoria nei pazienti oncologici”**
- Da gennaio 2016 collabora con la rivista di cucina vegana **“We Veg” (Ed. Sprea)**
- Dal 2016 fa parte della **Rete Famiglia Veg** (vegetariana e vegana)
- Dal 2015 è socia della **Società Scientifica in Nutrizione Vegetariana SSNV**
- Da marzo 2015 lavora presso lo studio Kuà a Cavenago d'Adda (LO) e lo studio Coccozza a Sant'Angelo Lodigiano (LO)
- Gennaio 2015 ha collaborato alla realizzazione del sito **“Mangiosano.org”**
- Agosto 2014 **Assistenza alla redazione piano di autocontrollo HACCP per bar** - Gianni Cavinato, dottore in Scienze delle Preparazioni Alimentari
- Novembre 2010 - giugno 2014 **Segretaria amministrativa presso** Centro Culturale “Dove guardano i girasoli”, Ossago Lodigiano (LO)
- Gennaio 2006 - dicembre 2006 **Consulente volontaria presso** ACU - Associazione Consumatori Utenti, Milano

## Capacità e competenze personali

Madrelingua **italiana**

Lingua **inglese:**

Capacità di lettura buono

Capacità di scrittura buono

Capacità di espressione orale buono

### **Capacità e competenze relazionali**

Buone capacità di comprensione, ascolto e comunicazione empatica acquisite durante i cinque anni lavorativi in ambito della nutrizione e il volontariato in area Sociale di Croce Rossa; buone capacità di lavorare in team sviluppate grazie alla partecipazione a lavori di gruppo in ambito universitario e lavorativo; buone doti relazionali apprese grazie all'accoglienza e all'interazione con studenti e professori durante la collaborazione universitaria part-time e durante il lavoro di consulenza agli utenti cittadini svolto presso ACU; ottime capacità di gestione di un gruppo di persone e gestione di lavoro di gruppo apprese durante l'esperienza di leader di yoga della risata.

### **Capacità e competenze organizzative**

Ottime capacità di organizzare il lavoro apprese durante i cinque anni lavorativi in ambito della nutrizione; buone capacità organizzative con gruppi di persone e di programmazione di gestione del tempo apprese durante il periodo di volontariato nell'area Sociale di Croce Rossa; buone capacità organizzative apprese durante la collaborazione universitaria part-time; capacità di amministrazione e gestione del bilancio appresa durante la collaborazione con il centro culturale "dove guardano i girasoli"; buona capacità di risoluzione dei problemi presentati nelle situazioni a contatto con i cittadini, di aggiornamento di blog e siti internet acquisite durante il lavoro presso ACU

### **Capacità e competenze tecniche**

Utilizzo dei social network (facebook, instagram) in ambito lavorativo e personale; conoscenza delle basi di nutrizione umana, utilizzo delle tecniche di valutazione antropometrica, capacità di elaborazione e prescrizione di una dieta apprese durante il master e il tirocinio formativo. Conoscenza e basi di alimentazione vegetariana e vegana e nell'elaborazione di diete rivolte a soggetti oncologici o affetti da patologie croniche acquisita durante il tirocinio. Conoscenza e basi di alimentazione vegetariana, vegana e mediterranea rivolta a tutte le fasce di età, compreso lo svezzamento, allattamento e gravidanza.

Conoscenza base dell'uso di tecniche di biologia molecolare (PCR, elettroforesi) e microbiologia apprese durante il corso di tecniche abilitanti presso il Parco Tecnologico Padano; utilizzo di tecniche e strumenti di laboratorio apprese durante il tirocinio di tesi in laurea magistrale.

Competenze molto buone nell'utilizzo degli applicativi Microsoft e del pacchetto Office; web browser; posta elettronica.

### **Capacità e competenze artistiche**

Dal 2017 è leader di Yoga della Risata

Dal 2010 pratica l'arte marziale TaiChi Chuan

### **Altre capacità e competenze**

Attenzione per il tema nutrizione umana e alimentazione a base vegetale in tutte le fasce di età; interesse per letture di natura sia divulgativa che scientifica comprendenti la biologia, le neuroscienze e la fisica quantistica; attenzione per l'agricoltura biologica e innovativa. Capacità empatiche. Molto motivata ad apprendere nuove conoscenze e a relazionarmi con persone con culture e interessi differenti.

### **Volontariato**

Da gennaio 2019 **volontariato presso Croce Rossa** Piacenza, area Sociale

Dal 2012 ad oggi volontariato presso **ACU Associazione Consumatori Utenti** (Milano)

Marzo-settembre 2012 **Volontaria progetto "Scegli la via giusta"** presso ACU Associazione Consumatori Utenti (Milano) in collaborazione con Regione Lombardia

### **Patente B**

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali in conformità al d. lgs. 196/2003

Dichiaro che quanto riportato nel presente Curriculum Vitae corrisponde a verità ai sensi del D.P.R. 445/2000

09/01/2023, Chignolo Po (PV)

Serenella Cavinato