

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	SOTTOTETTI FRANCESCA
Indirizzo	VIA SOLFERINO 31, 15053, CASTELNUOVO SCRIVIA (AL), ITALIA
Telefono	334 9784251
E-mail	francesca.sottotetti01@gmail.com
Nazionalità	Italiana
Data di nascita	30/05/1996

ESPERIENZA LAVORATIVA

- Da marzo 2023 ad oggi
• Nome e indirizzo del datore di lavoro
• Tipo di azienda o settore
• Tipo di impiego
• Principali mansioni e responsabilità
Tecnologa presso Università degli Studi di Pavia – Vincitrice Concorso “Progetto PE_10_ON FOODS (Spoke 5, 6 – inserito nel PNRR)
Università degli Studi di Pavia
Ricerca
Tempo pieno (36 h)
Attività di ricerca ed amministrative del Progetto PE_10_ON FOODS – RESEARCH AND INNOVATION NETWORK ON FOOD AND NUTRITION SUSTAINABILITY, SAFETY AND SECURITY WORKING ON FOODS.
Partecipazione alla realizzazione del progetto MATER
Coordinamento e gestione delle Riunioni cliniche del Laboratorio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell’Università di Pavia (responsabile Prof.ssa Hellas Cena)
- Da settembre 2022 a marzo 2023
• Nome e indirizzo del datore di lavoro
• Tipo di azienda o settore
• Tipo di impiego
• Principali mansioni e responsabilità
Dietista presso Centro cottura Scuole di Opera (MI)
Vivenda spa
Ristorazione collettiva
Part-time (30 h)
Elaborazione dei menù per la mensa delle scuole dell’infanzia, Primarie e Secondarie di primo grado del comune di Opera
Elaborazione delle diete sanitarie personalizzate e di quelle etico-religiose
Supervisione durante la preparazione dei menù e delle diete speciali
Monitoraggio, compilazione ed archiviazione dell’HACCP
Gestione delle derrate e degli ordini delle merci alimentari
- Da luglio 2021 a giugno 2022
• Nome e indirizzo del datore di lavoro
• Tipo di azienda o settore
• Tipo di impiego
Dietista presso Centro cottura Scuole di Opera (MI)
Elior
Ristorazione collettiva
Part-time (25 h) – Sostituzione maternità

- Principali mansioni e responsabilità

Elaborazione dei menù per la mensa delle scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di primo grado del comune di Opera
Elaborazione delle diete sanitarie personalizzate e di quelle etico-religiose
Supervisione durante la preparazione dei menù e delle diete speciali
Monitoraggio, compilazione ed archiviazione dell'HACCP
Gestione delle derrate e degli ordini delle merci alimentari

- Da luglio 2019 a ottobre 2020
 - Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

Dietista presso Centro per la Cura dei Disturbi del Comportamento Alimentare "In Volo", Parma Gruppo C.E.I.S.

Clinica per la Cura dei Disturbi del Comportamento Alimentare
Part-time (20 h) – Sostituzione maternità
Riabilitazione nutrizionale di pazienti affetti da DCA secondo il modello RPP (Riabilitazione Psico-nutrizionale Progressiva)
Monitoraggio dei pazienti con rilevamento ponderale settimanale ed utilizzo del Bioimpedenziometro elettrico (BIA)
Stesura dei piani alimentari personalizzati ed elaborazione dei menù settimanali con monitoraggio durante i pasti
Laboratori di cucina volti al lavoro sulla variabilità e reintroduzione dei cibi fobici
Aggiornamenti periodici circa lo stato nutrizionale dei pazienti con i servizi territoriali di riferimento
Sperimentazioni alimentari con il paziente in ambienti esterni alla comunità (ristorante, bar, pizzeria) al fine di renderlo autonomo nella scelta e gestione dei pasti
Consulenze nutrizionali all'interno del Programma DCA - AUSL Parma (Responsabile Prof.ssa Chiara De Panfilis)

- Da dicembre 2018 a luglio 2019
 - Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

Dietista presso Centro Medico Provitamed, Motta Visconti

Centro Medico Provitamed
Poliambulatorio specialistico

Valutazione nutrizionale in pazienti in condizioni fisiologiche e patologiche, elaborazione di piani dietetici personalizzati, menù settimanali e Linee guida alimentari con monitoraggio mensile, in riferimento alla diagnosi medica

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Da ottobre 2015 a ottobre 2018
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita

Laurea Triennale in Dietistica
Università degli Studi di Pavia

Acquisizione di competenze e conoscenze specifiche nel campo della dietetica e più in generale della nutrizione umana. Conoscenza delle problematiche legate alla nutrizione sia in condizioni fisiologiche che patologiche ed acquisizione di solide basi scientifiche per interventi mirati alla prevenzione e alla terapia sia nel singolo che nella collettività.
Approfondito studio delle scienze e tecniche dietetiche e dell'applicazione della dietetica nelle scienze mediche quali nefrologia, endocrinologia, gastroenterologia, chirurgia generale, cardiologia, pediatria.

Laurea triennale in Dietistica abilitante alla professione sanitaria

- Da gennaio 2017 a ottobre 2018
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Tirocinante

Laboratorio di Dietetica e Nutrizione clinica (Prof.ssa Hellas Cena)

Valutazione nutrizionale in pazienti in condizione fisiologiche e patologiche (pazienti affetti da obesità, DAN, malattie cardiovascolari, diabete, patologie renali) con particolare riguardo alle problematiche di sovrappeso ed obesità associate a comorbidità metaboliche in età infantile.

Utilizzo autonomo di strumenti impiegati per effettuare una completa valutazione nutrizionale: calorimetria indiretta, bioimpedenziometro, plicometro.

Elaborazione di schemi dietetici personalizzati, Linee guida alimentari, percorsi di educazione alimentare e controlli mensili.

Acquisizione delle metodologie di ricerca di articoli scientifici

Pubblicazione articolo "Linee guida per pazienti intolleranti al nichel" percorso FAD sulla rivista Professione Salute (2018)

Partecipazione alla stesura di un menù per RSA (Progetto Pellegrini) (2017-2018)

Partecipazione allo studio pilota "Valutazione nutrizionale e stile di vita in pazienti affetti da insonnia cronica" (2017) in collaborazione con l'Istituto Neurologico Casimiro Mondino, Pavia

- Da settembre 2010 a giugno 2015
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita

Diploma in Scienze Umane con valutazione 100/100

Liceo Scientifico Giuseppe Peano, Tortona (AL)

Psicologia, Antropologia, Sociologia, Pedagogia

Diploma in Scienze Umane

PUBBLICAZIONI

- 2018: Partecipazione allo studio pilota: "Valutazione nutrizionale e stile di vita in pazienti affetti da insonnia cronica: studio pilota" in collaborazione con il Laboratorio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Università di Pavia e dell'Unità di Medicina del Sonno ed Epilessia dell'Istituto Neurologico Nazionale IRCCS C. Mondino
- 2018: Pubblicazione articolo "Linee guida per pazienti intolleranti al nichel" percorso FAD sulla rivista Professione Salute

PARTECIPAZIONE A CONGRESSI E CORSI FAD

- 7 marzo 2022: Partecipazione all'evento formativo FAD: La dieta chetogenica: definizione e applicazioni cliniche nel paziente con eccesso di peso
- 10 Novembre 2020: Partecipazione all'evento formativo FAD: Il sovrappeso e le sue complicanze nella donna
- 9 Novembre 2020: Partecipazione all'evento formativo FAD: Medicina Generale nella fase post-emergenza da COVID-19: consigli utili per la gestione in sicurezza dell'assistenza territoriale
- 2019: Partecipazione come uditrice al Congresso "14th Symposium of growth hormone"
- 2018: Partecipazione come uditrice al congresso "Spazio Nutrizione: Hot points in nutrizione pediatrica"
- 2017: Partecipazione come uditrice al 18° Congresso Nazionale ANSISA "La nutrizione clinica per problemi"

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

MADRELINGUA	ITALIANA
ALTRE LINGUA	INGLESE (CERTIFICAZIONE FIRST) ECCELLENTE BUONO Buono
• Capacità di lettura • Capacità di scrittura • Capacità di espressione orale	
CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI	Particolarmente incline alla collaborazione ed alla gestione del lavoro all'interno di un team multidisciplinare, esperienza che ho potuto approfondire durante il lavoro presso la clinica per DCA "IN Volo". Tale esperienza mi ha consentito inoltre di aumentare il mio spiccato lato empatico sia nei confronti del paziente che dei colleghi. Incline al confronto ed alla collaborazione, sono in grado di adattarmi alle diverse realtà con cui mi trovo a lavorare e sono in grado di relazionarmi con persone di diversa nazionalità e cultura. Mi entusiasma lavorare in gruppo in quanto credo sia il metodo più efficace per arricchire ed arricchirsi.
CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE	Sono in grado di organizzare autonomamente il lavoro, definendo priorità e assumendo responsabilità acquisite tramite le diverse esperienze professionali in precedenza elencate durante le quali mi è sempre stato richiesto di gestire autonomamente le diverse attività rispettando scadenze e obiettivi prefissati. Tale capacità è stata utile nella gestione del personale del Centro cottura di Opera e nel coordinamento di un gruppo di studenti nell'ambito del progetto SHARP "La notte dei Ricercatori" per la realizzazione di attività ricreative legate all'educazione alimentare dei più piccoli.
CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE	Utilizzo del Bioimpedenziometro e del plicometro (competenza acquisita durante il percorso di tirocinio presso il Laboratorio di Dietetica e Nutrizione clinica e specializzatasi presso il Centro per la Cura dei DCA "In Volo"). Conoscenza ed utilizzo del pacchetto Office. Buona capacità nell'utilizzo del computer e nella gestione di file, nella conoscenza dei concetti base dell'informatica, reti informatiche e internet, elaborazione di: testi, foglio elettronico, database, presentazioni. Capacità di ricerca di articoli scientifici mediante l'utilizzo della piattaforma "Pubmed"
ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE	Elaborazione, formulazione ed attuazione di diete prescritte dal medico curante verificandone l'accettabilità da parte del paziente; collaborazione con altre figure al trattamento multidisciplinare dei disturbi del comportamento alimentare; svolgimento di attività didattico-educativa e di informazione finalizzate alla diffusione di principi di alimentazione corretta, tale da consentire il recupero e il mantenimento di un buono stato di salute del singolo, di collettività e di gruppi di popolazione. Appassionata del mondo dell'alimentazione con uno spiccato interesse per la cucina. Nel tempo libero mi piace sperimentare ed inventare nuove ricette sane e appetitose da proporre anche ai pazienti. Da sempre mi appassiona tutto ciò che riguarda i bambini: dalla loro educazione, scolastica e non, alle attività ricreative da svolgere insieme a loro.
APPARTENENZA A GRUPPI/ ASSOCIAZIONI	Iscritta all'ordine TSRM PSTRP di Torino, Aosta, Alessandria, Asti al n°152.
PATENTE O PATENTI	Patente B