

# FORMATO EUROPEO PER IL CURRICULUM VITAE



## INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **SOTTOTETTI FRANCESCA**  
Nazionalità **ITALIANA**  
Data di nascita **30/05/1996**

## ESPERIENZA LAVORATIVA

- Da marzo 2023 a marzo 2026  
**Tecnologo di ricerca di secondo livello presso Università degli Studi di Pavia – Vincitrice Concorso nell'ambito del "Progetto PE\_10\_ON FOODS - RESEARCH AND INNOVATION NETWORK ON FOOD AND NUTRITION SUSTAINABILITY, SAFETY AND SECURITY WORKING ON FOODS (Spoke 5, inserito nel PNRR)"**  
**Università degli Studi di Pavia**  
Ricerca  
Tempo pieno (36 h) – Contratto a tempo determinato  
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.
  - *Coordinamento e gestione di trial clinici:* definizione del protocollo di studio; preparazione della documentazione per comitati etici e gestione degli iter autorizzativi; arruolamento dei partecipanti; gestione dell'intervento e dei follow-up; assessment nutrizionale e somministrazione di questionari validati; gestione preanalitica di campioni biologici (aliquotazione e stoccaggio di campioni fecali e urinari); supporto all'analisi dei dati.
  - *Progetti di ricerca:*
    - **ADJUBIOTIC** (Anthocyanin rich aDJUvants against dysBIosis and chronic inflammation in meTabolIC syndrome patients): trial randomizzato, in doppio cieco e controllato con placebo, su donne in post-menopausa con sindrome metabolica trattate con un integratore alimentare a base di estratto di mais viola.
    - **MATER** (woMen And maTernity: development of a nutritional Education pRoject): sviluppo di un intervento di educazione a un corretto lifestyle per donne in gravidanza e allattamento, con realizzazione di contenuti formativi e tool digitali (app per smart devices), e conduzione di uno studio pilota per la sperimentazione e valutazione dei tool sviluppati.
    - **LIMIT** (Lifestyle and Microbiome InTeraction -Early Adiposity Rebound in Children): studio di coorte prospettico volto a indagare le interazioni tra microbiota intestinale del lattante, stile di vita materno-infantile e fattori ambientali, in relazione all'early adiposity rebound (EAR) rispetto all'adiposity rebound (AR).
  - *Disseminazione dei risultati scientifici:* scrittura di abstract e paper scientifici (narrative review, systematic review) per riviste internazionali indicizzate (vedere "Pubblicazioni").
  - *Partecipazione come relatore a congressi nazionali e internazionali, con presentazione di risultati progettuali* (vedere "Partecipazione a congressi e corsi FAD").
  - *Realizzazione di moduli formativi all'interno di corsi ECM-FAD:*
    - "Gestire il problema della malnutrizione: strategie di intervento nutrizionale" (corso: "La gestione della malnutrizione e della sarcopenia: dalla teoria alla pratica")
    - "L'alimentazione complementare plasma il microbiota intestinale verso un profilo adulto" (corso: "Nutrire un microbiota resiliente per una vita sana").
  - *Realizzazione di lezioni in ambito universitario:*
    - Lezione "The First 1000 Days: a Window of Opportunity" per studenti del corso
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

SDGs (Open Badge Course, Università di Pavia) (2026, 2025, 2024)  
 - Casi clinici su "Nutrizione in gravidanza e allattamento" per il Corso di Laurea in Ostetricia, Università di Pavia (2026, 2025)  
 - Lezione "Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione e salute del cavo orale" per il Corso di Laurea in Igiene Dentale, Università di Pavia (2026, 2025)  
 - Lezione "Lifestyle Medicine nei Primi 1000 Giorni", nell'ambito del Dottorato in Sustainability and Biodiversity for Planetary and Individual Health, Università di Pavia (ottobre 2025)  
 - Corso "The Exposome in the First 1000 Days of Life as a Determinant of Health" per l'Early Career Scientists's Mentorship Program, Spoke 5  
 - Caso clinico su Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione, Master Universitario di II livello in Dietetica e Nutrizione Clinica, Laboratorio di Dietetica e Nutrizione Clinica, Università di Pavia (giugno 2024)

- 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)**

Humangest per 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 (MI)

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
  - Principali mansioni e responsabilità

#### **Dietista presso Centro cottura Scuole di Opera (MI)**

Elior

Ristorazione collettiva

Part-time (25 h) – Sostituzione maternità

Elaborazione dei menù per la mensa delle scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di primo grado del comune di Opera (MI)

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 (Pasto assistito)

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 2023 a ottobre 2025
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
  - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

### **Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana LM-61 con votazione 100/110**

Università Telematica San Raffaele Roma

Approfondita conoscenza dei processi fisiologici e biochimici della nutrizione, del ruolo dell'alimentazione nella prevenzione delle malattie e nel mantenimento della salute. Competenze avanzate in sicurezza e qualità alimentare, normativa del settore, e valutazione nutrizionale di alimenti, integratori e nutraceutici, con un approccio multidisciplinare e integrato alla nutrizione umana.

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

### **Laurea Triennale in Dietistica con votazione 110 con lode/110**

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

- Qualifica conseguita

- 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 condizioni fisiologiche e patologiche (pazienti affetti da malnutrizione per eccesso e per difetto, DNA, malattie cardiovascolari, diabete, patologie renali), con particolare riguardo alle problematiche di sovrappeso e obesità associate a comorbidità metaboliche. Assessment dello stato nutrizionale mediante utilizzo autonomo di strumenti specifici (vedere "Capacità e competenze tecniche"). Elaborazione di schemi dietetici personalizzati, linee guida alimentari, percorsi di educazione alimentare e follow-up con controlli periodici mensili. Acquisizione delle metodologie di ricerca di articoli scientifici. 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

- Maccarini, B., Loperfido, F., Bianco, I., **Sottotetti, F.**, El Masri, D., Ferrara, C., Verme, F., Cangelosi, E., Meriggi, N., De Filippo, C., Cena, H., & De Giuseppe, R. (2025). Offspring's exposome: a narrative review on the influence of early-life factors on childhood obesity risk. *Frontiers in nutrition*, 12, 1597746. <https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1597746>
- Chiesa, A., De Giuseppe, R., Motta, G., **Sottotetti, F.**, Scribante, A., Cena, H., & Butera, A. (2025). Intertwined paths: exploring the link between oral diseases and eating disorders. A comprehensive narrative review. *The British journal of nutrition*, 134(6), 470–486. <https://doi.org/10.1017/S000711452510500X>
- Loperfido, F., **Sottotetti, F.**, Bianco, I., El Masri, D., Maccarini, B., Ferrara, C., Limitone, A., Cena, H., & De Giuseppe, R. (2025). Folic acid supplementation in European women of reproductive age and during pregnancy with excessive weight: a systematic review. *Reproductive health*, 22(1), 13. <https://doi.org/10.1186/s12978-025-01953-y>
- Calcaterra, V., Cena, H., Pirazzi, A., **Sottotetti, F.**, Cordaro, E., Cavallo, C., Milanta, C., El Masri, D., Conti, M. V., Vandoni, M., & Zuccotti, G. (2025). From Pregnancy to Breastfeeding: The Role of Maternal Exercise in Preventing Childhood Obesity. *Nutrients*, 17(4), 660. <https://doi.org/10.3390/nu17040660>
- Gentinetta, S., **Sottotetti, F.**, Manuelli, M., & Cena, H. (2024). Dietary Recommendations for the Management of Gastrointestinal Symptoms in Patients Treated with GLP-1 Receptor Agonist. *Diabetes, metabolic syndrome and obesity : targets and therapy*, 17, 4817–4824. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S494919>
- Bianco, I., Ferrara, C., Romano, F., Loperfido, F., **Sottotetti, F.**, El Masri, D., Vincenti, A., Cena, H., & De Giuseppe, R. (2024). The Influence of Maternal Lifestyle Factors on Human Breast Milk Microbial Composition: A Narrative Review. *Biomedicines*, 12(11), 2423. <https://doi.org/10.3390/biomedicines12112423>
- El Masri, D., Alemayohu, M. A., Loperfido, F., Bianco, I., Ferrara, C., Cerbo, R. M., Ghirardello, S., Monti, M. C., Maccarini, B., **Sottotetti, F.**, Civardi, E., Garofoli, F., Angelini, M., Cena, H., & De Giuseppe, R. (2024). Associations of maternal lifestyle factors with inadequate pregnancy weight gain: findings from the baseline data of the LIMIT prospective cohort study. *European journal of nutrition*, 63(8), 2911–2920. <https://doi.org/10.1007/s00394-024-03473-0>
- Calcaterra, V., Cena, H., **Sottotetti, F.**, Rossi, V., Loperfido, F., & Zuccotti, G. (2023). Breast and Formula Milk and Early Puberty Onset. *Children (Basel, Switzerland)*, 10(10), 1686. <https://doi.org/10.3390/children10101686>
- Calcaterra, V., Cena, H., **Sottotetti, F.**, Hruby, C., Madini, N., Zelaschi, N., & Zuccotti, G. (2023). Low-Calorie Ketogenic Diet: Potential Application in the Treatment of Polycystic Ovary Syndrome in Adolescents. *Nutrients*, 15(16), 3582. <https://doi.org/10.3390/nu15163582>

## PARTECIPAZIONE A CONGRESSI E CORSI FAD

- **14-15 Maggio 2026:** 25° Congresso Nazionale ANSISA – From Science to Health Synergy of Nutrition, Lifestyle and Therapeutics (Roma). Intervento programmato come **relatore**: “Gestione nutrizionale del paziente in terapia con GLP-1”
- **17-18 Aprile 2026:** Partecipazione al 20° Forum di Nutrizione Pratica by Nutrими (Milano)
- **6-7 Febbraio 2026:** Partecipazione all'Evento “Telemedicina e valutazioni funzionali: dalla teoria alla pratica” (Pavia). Intervento come **relatore** “Digital health support for pregnancy and breastfeeding: insights from the “women and maternity: development of a nutritional education project - MATER” app”
- **27-28 Ottobre 2025:** Partecipazione al Congresso “European Statistical Forum” (Bergamo), organizzato dalla Life Science Academy
- **18-21 Giugno 2025:** Partecipazione all'Evento Spoke 5 “PLANETERRANEA ACADEMY & Il YALE Symposium, Gastronomy And Culture” (Napoli). Intervento come **relatore** “MATER - woMen And maTernity: development of a nutritional Education pRoject”
- **11-14 Maggio 2025:** Partecipazione al 32nd European Congress on Obesity (ECO) (Málaga), organizzato dall'European Association for the Study of Obesity (EASO), con presentazione di poster dei risultati di una systematic review (“Folic acid supplementation in European women of reproductive age and during pregnancy with excessive weight: a systematic review”)
- **16 Aprile 2025:** Partecipazione al Corso “Obesity and Health: Multidisciplinary Approaches and New Therapeutic Perspectives”. Intervento come **relatore** “Nutritional Therapy:

*Supporting Nutritional Deficiencies and Managing Gastrointestinal Disorders Associated with Pharmacotherapy*

- **8 Aprile 2025:** Partecipazione al Corso “Obesità 40+, Nuove prospettive terapeutiche” (Milano)
- **15-16 Marzo 2025:** Partecipazione al 24° Congresso Nazionale ANSISA – Nutrire la salute. Approcci innovativi e sostenibili (Pavia). Intervento come **relatore**: “*Intelligenza Artificiale & Stile di Vita: applicazione in gravidanza e allattamento*”
- **12-15 Maggio 2024:** Partecipazione al 31st European Congress on Obesity (ECO) (Lido di Venezia), organizzato dall'European Association for the Study of Obesity (EASO), con presentazione di un poster relativo al protocollo di una systematic review in fase di sviluppo (“*Folic acid supplementation in European women of childbearing age with excessive weight: a systematic review protocol*”)
- **15-16 Marzo 2024:** Partecipazione al 23° Congresso Nazionale ANSISA – Nutrire per prevenire e curare: collaborazione e approccio interdisciplinare (Milano)
- **6-7-8 Marzo 2024:** Partecipazione all'Intensive School “Gut-Brain Axis – Physiological and pathological aspects on nutrition and body image in eating disorders” (Pavia)
- **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
- **16 Maggio 2019:** Partecipazione al congresso “14th Symposium of Growth Hormone”
- **23-24 Marzo 2018:** Partecipazione al congresso “Spazio Nutrizione: Hot points in nutrizione pediatrica”
- **17-18 Novembre 2017:** Partecipazione al 18° Congresso Nazionale ANSISA “La nutrizione clinica per problemi” (Milano)

**CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI**

MADRELINGUA

ITALIANA

ALTRA LINGUA

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

INGLESE (CERTIFICAZIONE FIRST)

ECCELLENTE

OTTIMA

BUONA

CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI

Particolarmente incline alla collaborazione e alla gestione del lavoro all'interno di team multidisciplinari, esperienza maturata sia presso la clinica per DCA “IN Volo” sia durante la mia più recente attività di ricerca in ambito universitario. Tali esperienze hanno contribuito a rafforzare le mie competenze relazionali e il mio approccio empatico sia nei confronti del paziente che dei colleghi. Incline al confronto e alla collaborazione, sono in grado di adattarmi a contesti lavorativi differenti e di interfacciarmi efficacemente con persone di diversa nazionalità e cultura. Ritengo il lavoro di gruppo un elemento centrale dell'attività di ricerca e clinica, in quanto rappresenta un'opportunità di crescita professionale e personale reciproca.

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Sono in grado di organizzare autonomamente il lavoro, stabilendo priorità e gestendo in modo efficiente attività complesse in ambito di ricerca, clinico e amministrativo. Le esperienze professionali maturate hanno consolidato la capacità di assumere responsabilità operative e di coordinamento, garantendo il rispetto di scadenze, obiettivi e standard qualitativi in contesti multidisciplinari e dinamici, che hanno richiesto flessibilità, precisione e capacità di gestione simultanea di più attività.

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

Utilizzo di *strumenti per la valutazione dello stato nutrizionale e della composizione corporea* (bioimpedenziometro, plicometro, bilancia pesapersone con altimetro e misurazione delle principali circonferenze antropometriche). Esperienza nell'utilizzo del dinamometro per la *valutazione della forza muscolare*. Competenza nell'utilizzo di macchinari di elastografia epatica transiente (FibroScan, Echosense) per la *valutazione non invasiva della steatosi e della fibrosi*

*epatica*. Raccolta e analisi delle abitudini e comportamenti alimentari e delle frequenze di consumo mediante somministrazione di *questionari validati*.  
Utilizzo del software *REDCap* (Research Electronic Data Capture) per la gestione, la raccolta e l'organizzazione dei dati nell'ambito di studi clinici. Buona conoscenza del *pacchetto Microsoft Office* (Word, Excel, PowerPoint) per l'elaborazione di testi, gestione di fogli di calcolo, database e presentazioni. Buone competenze informatiche di base, incluse gestione di file, utilizzo di reti e strumenti internet. Capacità di ricerca e analisi della letteratura scientifica. Formazione in Good Clinical Practice (GCP): completamento dei corsi "*ICH Good Clinical Practice E6(R3)*" e "*WHO Good Practices for Clinical Trial Design and Implementation*".

#### ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Interesse per la gestione e l'organizzazione della ricerca clinica, con particolare attenzione agli studi in ambito nutrizionale. Elaborazione, formulazione e attuazione di diete prescritte dal medico curante, con verifica dell'accettabilità e dell'aderenza da parte del paziente. Collaborazione con équipe multidisciplinari nella gestione dei disturbi del comportamento alimentare. Svolgimento di attività didattico-educative e di informazione finalizzate alla promozione di una corretta alimentazione, al fine di favorire il recupero e il mantenimento dello stato di salute del singolo e di gruppi di popolazione. Interesse per l'ambito della nutrizione clinica e della ristorazione collettiva, con particolare attenzione allo sviluppo di proposte alimentari equilibrate e sostenibili.

#### APPARTENENZA A GRUPPI/ ASSOCIAZIONI

Iscritta all'ordine TSRM PSTRP di Torino, Aosta, Alessandria, Asti al n°152.

#### PATENTE O PATENTI

Patente B

**Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 e del GDPR (Regolamento UE 2016/679).**

**Il sottoscritto dichiara, ai sensi degli artt. 46 e 47 del DPR 445/2000, che quanto riportato nel presente curriculum corrisponde al vero.**

Pavia, 6 Maggio 2026

Francesca Sottotetti