

Curriculum vitae

INFORMAZIONI PERSONALI **Elisabetta Bernardi**

DICHIARAZIONI PERSONALI **Nutrizionista, Biologa, Specialista in Scienza dell'Alimentazione. Oltre venti anni di esperienza nella comunicazione scientifica, nonché nella ricerca scientifica applicata all'alimentazione. Autore e conduttore delle rubriche la "Scienza in Cucina" e "Saperne di più" per la serie televisiva scientifica "Superquark" (RAIUNO) condotta da Piero Angela. Docente al corso "Biologia della nutrizione" presso l'Università di Bari. Membro dell'experts database dell'EFSA, della SIO (Società Italiana di Obesità) e del Comitato Scientifico di Metis (Società Scientifica dei Medici di Medicina Generale). Autore di molti libri di divulgazione - il più recente è "Oggi cosa mangio", pubblicato da Giunti. Coautore di libri di testo universitari, come "Alimenti di origine animale e salute" e "La sostenibilità delle carni e dei salumi in Italia", pubblicati da Franco Angeli. Almeno 15 anni di consulenza nel campo della comunicazione scientifica, comunicazione web, sviluppo e analisi di prodotti alimentari e integratori nutrizionali.**

ESPERIENZA PROFESSIONALE

-
- 01/01/2015–alla data attuale **Nutrizionista**
Salvator Mundi International Hospital - UPMC (University of Pittsburgh Medical Center), Roma (Italia)
- Consulente del "Salvator Mundi International Hospital - UPMC (University of Pittsburgh Medical Center)" dove si occupa della valutazione dei bisogni nutrizionali ed energetici, delle misurazioni antropometriche e di percentuale di massa grassa e della formulazione di diete personalizzate per pazienti ricoverati e non.
- 01/09/1994–alla data attuale **Autore testi scientifici trasmissione "Superquark"**
Rai Radiotelevisione Italiana, Roma (Italia)
- Collabora al programma televisivo scientifico "Superquark" (RAIUNO), guidato da Piero Angela. È autrice di molti testi scientifico-divulgativi su alimentazione e salute. È autrice e conduttrice della rubrica la "Scienza in Cucina", dove vengono trattati i temi più attuali dell'alimentazione e, facendo riferimento ai risultati delle ricerche e delle pubblicazioni scientifiche più recenti, si sfatano i miti legati alla nutrizione e si danno indicazioni su un corretto stile di vita.
- 01/04/2008–alla data attuale **Docente**
Università degli Studi di Bari, Bari (Italia)
- Docente di "Principi di antropometria" e "Tecniche di valutazione della composizione corporea" al corso "Biologia della nutrizione" presso l'Università di Bari.
- 01/06/2008–alla data attuale **Consulente per l'educazione alimentare**

È coinvolta in un gran numero di programmi di educazione alimentare, gli ultimi dei quali promossi dalla De Agostini S.p.A e da Findus, che hanno l'obiettivo di educare e incoraggiare i bambini attraverso il gioco a fare corrette scelte alimentari per contribuire ad alleviare la prevalenza dell'obesità infantile.

01/01/2013–31/12/2015 Autore e Consulente RAIEXPO 2015
Rai Radiotelevisione Italiana, Roma (Italia)

Autore e consulente nella redazione crossmediale RAIEXPO 2015, la struttura della Rai creata per raccontare all'Italia e al mondo Expo Milano 2015 e il suo tema legato all'alimentazione.

01/01/2002–31/12/2014 Attività di Ricerca su Nutrizione e Attività Fisica
Università di Roma "La Sapienza", Roma (Italia)

Svolge attività di ricerca presso la Scuola di Specializzazione in Medicina dello Sport dell'Università di Roma "La Sapienza". Ha partecipato a numerosi studi sul miglioramento della performance sportiva in relazione a specifiche metodologie di allenamento e nutrizione. Nel 2002-2003 è stata la nutrizionista del team velico "Mascalzone Latino", (America's Cup 2003 – Nuova Zelanda) e ha svolto attività di ricerca finalizzata alla valutazione e ottimizzazione della dieta e comprensiva di un ciclo di lezioni sull'alimentazione per lo sport. Dal 2007 al 2012 è stata impegnata in un progetto di ricerca sulla prestazione sportiva degli atleti olimpici diversamente abili. In particolare ha valutato e calibrato la dieta a seconda della disabilità e della disciplina sportiva nell'allenamento, il recupero e le gare negli atleti che hanno partecipato ai giochi Olimpici di Londra 2012 e Pechino 2008.

Ha insegnato "Nutrizione e Prestazione Sportiva" al master di secondo livello per allenatori organizzato dalla Federazione Italiana Pallacanestro in Carrozina per tre edizioni.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

01/10/1984–13/07/1990 Laurea in Scienze Biologiche Livello 7 QEQ
Università di Roma "La Sapienza", Roma (Italia)

Tesi sperimentale su inquinamento ambientale e suoi effetti sulle specie vegetali. (106/110) Iscritta all'Ordine dei Biologi.

02/10/1995–15/06/2000 Specializzazione in Scienza dell'alimentazione Livello 8 QEQ
Università degli studi di Roma "La Sapienza", Roma (Italia)

Specialista in Scienza dell'Alimentazione. Corso di specializzazione - Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università di Roma "La Sapienza", con tesi su alimenti geneticamente modificati (tecniche ed effetti sull'ambiente e sulla salute pubblica) (70/70).

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Lingue straniere

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	C2	C2	C1	C1	C1
francese	B1	A2	A2	A2	A2
tedesco	A1	A1	A1	A1	A1

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative ottime competenze comunicative

Competenze organizzative e gestionali buone competenze di team leading

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente avanzato	Utente avanzato	Utente avanzato	Utente autonomo	Utente autonomo

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni Pubblicazioni

Elisabetta Bernardi et al. Alimentazione, Nutrizione e Salute. In: Alimentazione e Salute 2019 ISBN: [978-88-331-9051-8](#)

Elisabetta Bernardi et al. Alimentazione e Società. In: Alimentazione e Salute 2019 ISBN: [978-88-331-9051-8](#)

Elisabetta Bernardi, Ettore Capri, Giuseppe Pulina. 2018. La sostenibilità delle carni e dei salumi in Italia. Ed. Franco Angeli.

Elisabetta Bernardi. 2016. Gli alimenti di origine animale come parte di un'alimentazione equilibrata. In Alimenti di origine animale e salute. Marcello Mele, Giuseppe Pulina Ed. Franco Angeli.

Bernardi, Marco; Radicioni, Antonio; Fattorini, Luigi; **Bernardi, Elisabetta**; Ballesio, Michela; Faiola, Fabio; Squeo, Maria Rosaria; Egidi, Federico; Lenzi, Andrea. *Growth Hormone Response to High Intensity Upper Body Exercise: 2477. Medicine & Science in Sports & Exercise. 40(5):S469, May 2008.*

Bernardi E, Delussu SA, Quattrini FM, Rodio A, Bernardi M. *Energy balance and dietary habits of America's Cup sailors. J Sports Sci. 2007 Aug;25(10):1153-60.*

Bernardi E. et al 2005. *Perimplantiti, manifestazioni della malattia parodontale sugli impianti osteointegrati. Diagnosi e terapia. Doctor OS 2005 Giu; 16(6):653-657.*

Bernardi E. et al 2005. *Isolamento e caratterizzazione di stafilococchi isolati da pazienti affetti da malattia parodontale e da soggetti sani. Agorà Odontoiatrica. N1-2005 supplemento.*

Bernardi E. et al 2005. L'alimentazione nell'atleta disabile motorio. *Medicina dello Sport, rivista della Federazione Medico Sportiva Italiana.*

Bernardi E. et al 2005. *Necessità nutrizionale nel disabile adulto (18-60 anni) dopo un trauma: la situazione nel paraplegico In: Alimentazione e disabilità. Ed. ERI- RAI*

Bernardi E. Bernardi M. 2004. *Energetic and nutritional supplies of the swimmers. Movimento: 2004; 3: 18-24.*

Bernardi E. et al. 2003. *Bilancio energetico e abitudini alimentari di velisti in Coppa America. Movimento: 2003; 19: 16-21*

Bernardi E. et al. 2003. *Nutritional requirements for an America's Cup Crew. In: Human Performance in sailing conference proceedings. Pp: 38-41*

Bernardi E. et al. 2002. *Libro:Alimentazione e nutrizione dello sportivo con disabilità. CONI (Comitato Olimpico Nazionale Italiano) - FISD (Federazione Italiana Sport Disabili) - IRCCS (Fondazione Santa Lucia) - SINU (Società Italiana d Nutrizione Umana) Pp: 125*

Pubblicazioni divulgative

Elisabetta Bernardi. 2015. *Libro. Oggi cosa Mangio. La dieta giusta per ogni fase della vita. Giunti editore.*

Carlo Cannella e Elisabetta Bernardi. 2007 *Libro:Salumi Italiani – La tradizione al servizio dell'alimentazione moderna – Centro Stampa Università, Università degli Studi di Roma La Sapienza e Istituto Valorizzazione Salumi Italiani Pp: 137*

Carlo Cannella, Elisabetta Bernardi et al. 2006 *Guida:i 5 colori del Benessere – campagna di*

incentivazione del consumo di frutta e ortaggi - Ministero Politiche Agricole e Forestali e UNAPROA
Bernardi E. et al/2006. Collaborazione con Confcooperative, Fedagri e Ministero Politiche Agricole e Forestali per la realizzazione del software didattico "Mangia e Impara", per diffondere attraverso il gioco le regole di una sana alimentazione.

Bernardi E. et al. 2005. *Come e cosa mangiare quando si fa sport*. In: Crescere sportivamente – Guida per i genitori alla scelta dello sport. Coni – Findus.

Trattamento dei dati personali

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 del Regolamento UE 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali.

27.01.2020

Elisabetta Bernardi