

FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE DI  
**CHIARA ARGENTI**



## BIOLOGA

### ESPERIENZA LAVORATIVA

Dal 2017 ad oggi, libera professionista Biologa Nutrizionista:  
elaborazione di piani dietetici personalizzati per condizioni patologiche e fisiologiche, educazione alimentare.

Dal 2017 ad oggi, docente per corsi di formazione di sicurezza alimentare: H.A.C.C.P. (Hazard Analysis and Critical Control Points) per il personale addetto in conformità a quanto previsto dal Regolamento CE 852/2004 e dalla Deliberazione della Giunta Regione Umbria n. 1849 del 22/12/2008. Collaborazione con gli Arti e Mestieri Virgilio Alterocca Terni e Api Servizi Terni. In passato anche Ecosil s.r.l. .

Dal 2022 collaborazione professionale con F.I.G.C.-L.N.D. Comitato Regionale Umbria, per il progetto "Il calcio va a scuola", incontri di educazione alimentare.

Dal 2021 al 2023, contratto a progetto per *Air Selfie* con ARPA UMBRIA per il monitoraggio dell'inquinamento atmosferico indoor e outdoor nella città di Terni.

Dal 2021 ad oggi, C.S.O. (Collaboratrice di Studio Odontoiatrico), part time.

Dal 2019 al 2021 Docente di nutrizione, merceologia e scienze naturali per corsi di avviamento professionale per UDS (Università Dei Sapori) e Confartigianterni.

Maggio-novembre 2016, laboratorio chimico di A.S.M. S.p.A. Terni: controllo microbiologico e chimico-fisico delle acque destinate al consumo umano in conformità al D.lgs. 31/01.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

ABILITAZIONE PROFESSIONALE	Perugia 31/01/2017 Esame di Stato - Conseguimento abilitazione all'esercizio della professione di Biologo (sez. A), Federazione Nazionale degli Ordini dei Biologi (F.O.N.B.), n. iscrizione albo: ToU A_3006, Ordine dei biologi della toscana e dell'Umbria.
FORMAZIONE CONTINUA	Frequenzazione di corsi, convegni, congressi ed altri eventi in presenza e on con rilascio di crediti E.C.M. e attestato (Educazione Continua in Medicina). Perugia 2018 e 2022, partecipazione alle Giornate Nazionali del Biologo Nutrizionista, evento promosso dalla cassa previdenziale a favore dei biologi E.N.P.A.B. .
MASTER UNIVERSITARIO	Roma 2020 – Master Universitario di II° livello della durata di un anno in “Nutrizione Personalizzata: basi molecolari e genetiche”, conseguito presso Università Tor Vergata di Roma.
LAUREA MAGISTRALE	Maggio 2015 - Laurea Magistrale in “Scienze Biomolecolari Applicate”, conseguita presso l'Università degli Studi di Perugia con tesi sperimentale sul rilevamento dell'inquinamento atmosferico tramite l'utilizzo di bioindicatori. Titolo della tesi: <i>Bioindicatori dell'inquinamento da metalli pesanti nella Conca Ternana</i> . Relatori prof. Enzo Goretti, prof. Davide Cappelletti, dott. Matteo Pallottini, prof.ssa Roberta Selvaggi.
ESPERIENZA DI STAGE	Ottobre - gennaio 2015 - tirocinio presso ARPA Umbria, sede di Terni: approccio alle tecniche di biomonitoraggio atmosferico attraverso l'impiego dell' I.B.L. (Indice di Biodiversità Lichenica); esperienza di riconoscimento e controllo delle diverse specie di licheni interessate dal territorio umbro e dei pollini principalmente responsabili di patologie allergiche.
LAUREA TRIENNALE	Febbraio 2013 - Laurea Triennale in “Scienze Biologiche”, conseguita presso l'Università degli Studi di Perugia con tesi compilativa. Titolo della tesi: <i>Analisi di laboratorio dell'anemia falciforme</i> . Relatore prof.ssa Carla Saccardi.
ESPERIENZA DI STAGE	Giugno - settembre 2012 - tirocinio presso il reparto di “Immunoematologia e Trasfusionale” dell'Azienda Ospedaliera S. Maria di Terni per l'apprendimento delle modalità di controllo dei campioni di sangue dei donatori; verifica di sterilità e, in particolare, dell'assenza dei virus HIV, HBV e HCV.
DIPLOMA DI MATURITÀ	Luglio 2006 - Maturità Scientifica, conseguita presso il Liceo Scientifico R. Donatelli di Terni.

## CAPACITÀ E COMPETENZE

### INTERVENTI PUBBLICI

Settembre 2023 Biblioteca Comunale di Terni, incontro con le scuole Liceo classico statale Gaio Cornelio Tacito e IIS Tecnico economico e Professionale "A.Casagrande – F.Cesi" di Terni: "Agenda 2030: una sfida comune", focus su obiettivo n.3 "Salute e Benessere".

Giugno 2023 Polisportiva Dilettantistica C.L.T. Terni, intervento su "Alimentazione e sano stile di vita nello sport" per l'evento ACCIAIO 2° meeting nazionale di nuoto, in collaborazione con Coldiretti Terni.

Gennaio 2023 Umbria T.V., intervista: "il valore del cibo locale, filiera corta, stagionalità e qualità alimentare".

Settembre 2022, intervento al Corso di Escursionismo Base sull'alimentazione sportiva presso la C.A.I. Sez. di Terni Stefano Zavka.

2019 – 2020 - 2021, Co-organizzatrice di "Umbria Green Festival".

Dal 2019 ad oggi, collaborazione con Coldiretti per le iniziative di "Donna Impresa" e per "Campagna Amica" a Terni.

Terni 2019 "La Scienza InForma", gruppo di divulgazione scientifica composto dalla sottoscritta ed altri due colleghi: incontri presso la Biblioteca Comunale di Terni (BCT): 22/03/2019 "Antropico troppo antropico: l'inquinamento ambientale" 29/03/2019 " Viaggio al centro del colon: il microbiota intestinale", 06/04/2018 "Tutta colpa di Mendel: gli OGM" e 13/04/2019 "La grammatica di Bio: educazione alimentare".

Spoletto 29/11/2019, "Le api come bioindicatori di qualità ambientale e le proprietà nutritive dei prodotti dell'alveare", Istituto Tecnico Professionale "Spagna- Campani".

Terni 15/02/2019, "Tutti mangiano pochi si nutrono, il ruolo dell'alimentazione nella prevenzione primaria, Palazzo Primavera.

Terni 13/11/2018, presentazione delle proprietà nutrizionali dell'olio extravergine di oliva, evento promosso da Coldiretti, Terni.

Terni 05/12/2018 "La prevenzione vien mangiando" presso la sede de "La Pagina", giornale locale.

Terni 22/06/2018 "Dieta Mediterranea:la prevenzione a tavola", presso il Circolo culturale Polymer.

Terni 03 e 15 giugno 2018, "In forma per la vetta": presentazioni presso il C.A.I. (Club Alpino Italiano), la buona alimentazione nella pratica sportiva montana.

Terni 21/04/2018 Esposizione della relazione "Bioindicatori di qualità ambientale: api e farfalle" per Garden Club a Terni; il fondamentale ruolo della

qualità ambientale per le popolazioni di insetti impollinatori ed effetti sulla biodiversità vegetale.

Terni 14/04/2018 Intervento al convegno pubblico "A Terni che aria tira? Analisi e proposte per una migliore qualità dell'ambiente e della vita", Hotel Michelangelo.

## ALTRE LINGUE

INGLESE B2

FRANCESE A1

## CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI

L'esperienza nell'ambito libero professionale mi consente di affinare costantemente la capacità di comprensione delle problematiche fisiologiche, metaboliche e psicologiche dei pazienti permettendomi di operare per ciascun individuo un lavoro di ricerca che prevede il confronto con colleghi nutrizionisti e medici.

Con questi ultimi collaboro dal 2021 come membro della *Commissione Ambiente dell'Ordine Provinciale dei Medici chirurghi e Odontoiatri di Terni*.

Le esperienze accademiche in particolare, e quelle che svolgo in ambito lavorativo, mi consentono di migliorare tanto l'attitudine al lavoro di gruppo quanto quella al lavoro individuale e di far crescere ulteriormente le abilità di comunicazione e interrelazione con colleghi e pazienti.

Come nutrizionista sto perseguendo l'obiettivo di individuare e premiare le attività e le imprese del territorio che operano e producono in conformità ai valori di sicurezza, qualità e sostenibilità alimentare al fine di orientare i pazienti verso alimenti il più possibile salubri.

## CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Creare da zero una libera professione e farla crescere sta sviluppando la capacità di realizzare e gestire reti di relazioni e la comunicazione con diverse realtà a livello locale specialmente attraverso l'organizzazione di eventi di divulgazione scientifica. Durante l'esperienza lavorativa svolta presso il laboratorio chimico di ASM S.p.A., le responsabilità assunte hanno riguardato parte della gestione tecnica e delle risorse del laboratorio, specialmente concernenti la microbiologia.

Lo svolgimento della tesi sperimentale, l'attività di stage e il progetto condotti presso ARPA Umbria mi ha consentito di sviluppare la capacità di coordinamento del lavoro su campo e in laboratorio.

## CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

- ❖ Valutazione dei bisogni energetici e nutritivi: calcolo del metabolismo basale, calcolo del dispendio calorico, elaborazione piani nutrizionali personalizzati per pazienti in condizioni fisiologiche e patologiche, educazione alimentare.
- ❖ Valutazione antropometrica.
- ❖ Anamnesi personale e alimentare.
- ❖ Osservazione preparati al microscopio ottico e stereo microscopio, allestimento vetrini per la microscopia e colorazioni.
- ❖ Osservazione microscopica e riconoscimento dei pollini responsabili di manifestazioni allergiche nella popolazione.
- ❖ Dosaggio di antiossidanti ed altri micronutrienti negli alimenti vegetali.
- ❖ Allestimento colture batteriche, conta batterica, metodi di conferma delle specie batteriche.
- ❖ Analisi del pH, conducibilità e torbidità delle acque potabili.
- ❖ Metodi di sterilizzazione (raggi UV, autoclave, filtrazione).
- ❖ Utilizzazione di kit per il controllo di alcuni parametri chimici nelle acque destinate al consumo umano.
- ❖ Analisi cromatografica degli anioni (cromatografia a scambio ionico).
- ❖ Analisi spettroscopiche e spettrofotometriche.
- ❖ Campionamento matrici ambientali e compilazione schede di campo.
- ❖ Approccio alle tecniche elettroforetiche e PCR.
- ❖ Estrazione di DNA dalle cellule di sfaldamento della mucosa orale.
- ❖ Esecuzione prove sierologiche.

## ALTRO

Ottobre 2022, Corso B.L.S.D. della *Salvamento Academy*: Rianimazione cardiopolmonare e defibrillazione precoce “Adulto- Bambino – Infante”, presso l' Ordine provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri di Terni.

Dal 2022, Socio A.B.N.I. (Associazione Biologi Nutrizionisti Italiani).

Dal 2021 Collaborazione con la Commissione Ambiente dell'Ordine provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri di Terni per iniziative riguardanti la promozione della salute pubblica e ambientale.

Socio C.A.I. (Club Alpino Italiano), Sez. S. Zavka, Terni dal 2016.

## PATENTE

Tipo B.

