

INFORMAZIONI PERSONALI

Letizia Valentina



 Via G. D'Annunzio, 15, 73042 Casarano(LE) (Italia)



 valentinaletizia@hotmail.it

Sesso Femminile | **Data di nascita** 26/11/1991 | **Nazionalità** Italia

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 2005–2010 **Diploma di Liceo Scientifico, con votazione 72/100**
Liceo Scientifico Giulio Cesare Vanini, Casarano (LE) (Italia)
- 2010–2015 **Laurea Triennale in Biotecnologie, con votazione 94/110**
Università del Salento, Lecce (Italia)
- 2015–2017 **Laurea Magistrale in Biologia con votazione 105/110**
Università del Salento, Lecce (Italia)
- 20/07/2018 **Abilitazione alla professione di Biologo – Sez. A**
- 22/02/2019 **Iscrizione all'Albo professionale dei Biologi**
Albo- Sezione A
Numero di iscrizione: AA_082186

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

- 17/09/2014–17/12/2014 **Tirocinio formativo e di orientamento**
Laboratorio analisi Ospedale F. Ferrari, Casarano (LE) (Italia)
Attività di laboratorio
Settore: immunologia e microbiologia
- 01/04/2017–01/12/2017 **Tirocinio formativo e di orientamento**
Università del Salento, Lecce (Italia)
Attività di laboratorio
Settore: Biochimica
- 15/04/2018–31/07/2018 **Tirocinio formativo e di orientamento**
Studio di dietologia e nutrizione umana Dott. Paolo De Rocco, Casarano (LE) (Italia)
- 01/02/2018–alla data attuale **Attività di formazione privata**
svolgimento di lezioni frontali nei confronti di ragazzi liceali/universitari
- 10/09/2018–31/10/2018 **Operatrice di Call Center**
Acque pure Italia, Casarano (LE)

- attività di call center in outbound diretta alla conclusione di contratti di vendita
- descrizione prodotti
- elaborazione dati dei clienti in corso di telefonata

14/04/2019–alla data attuale

Biologo nutrizionista (libera professione)

Biologa Nutrizionista con il compito di valutare i bisogni nutritivi ed energetici dell'uomo in condizioni fisiologiche e patologiche accertate e di elaborare diete personalizzate per il raggiungimento e il mantenimento del peso ottimale.

Realizzazione di un menù di ristorazione collettiva per una struttura riabilitativa psichiatrica di Taviano.

14/05/2019–alla data attuale

Attività di consulenza/ screening presso farmacie

Synergie hr solution srl

Attività di screening e consulenza attraverso l'utilizzo di apparecchiature biomedicali, volte a fornire una misurazione di alcune patologie, tra cui osteoporosi, reflusso venoso, analisi delle funzioni respiratorie e della composizione corporea.

01/01/2020–alla data attuale

Attività di consulenza/screening presso farmacie

Medispa Srl

Attività di screening e consulenza attraverso l'utilizzo di apparecchiature biomedicali che permettono di effettuare check up in più aree: area nutrizionale, area metabolica, area cute e area posturale.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Lingue straniere

inglese

COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
B1	B1	B1	B1	B1

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

Competenze comunicative

Capacità di relazione con il prossimo; capacità di ascolto e valutazione delle opinioni altrui al fine di effettuare il lavoro in maniera ottimale spiccata propensione al dialogo e alla collaborazione grazie alle esperienze lavorative, sportive e teatrali;

Competenze organizzative e gestionali

elevato senso di responsabilità, anche nel portare a termine gli obiettivi prefissati; massima serietà nello svolgimento delle mansioni.

Competenze digitali

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

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

Patente europea del computer (ECDL)

Patente di guida B

ULTERIORI INFORMAZIONI

- Corsi** "Corso di formazione in sicurezza sul lavoro" rilasciato dall'Università del Salento.
- Corsi** Partecipazione al corso "Malattie da Protozoi intestinali" con rilascio di attestato.
- Corsi** Partecipazione al corso "Approccio integrato al paziente con problematiche nutrizionali: counseling nutrizionale vs psicologia della nutrizione" con rilascio di attestato.
- Corsi** Corso di formazione in nutrizione umana con rilascio di attestato
- Corsi** Workshop di aggiornamento e formazione: Alterazioni biochimiche e nutrizione clinica con rilascio di attestato
- Corsi** Partecipazione al corso di "Ossidazione, infiammazione e disbiosi: i trigger-point della malattia" con rilascio di attestato
- Corsi** Corso su "Nutrienti, nutraceutica e stile mediterraneo per il cuore e per la mente" con rilascio di attestato e crediti E.C.M.
- Corsi** Partecipazione al corso "Tumori del colon retto: la prevenzione è a tavola" con rilascio di attestato
- Corsi** partecipazione al corso "Universo intestino: il nostro secondo cervello. Disbiosi intestinale e patologie correlate" con rilascio di attestato
- Corsi** Partecipazione al corso "La gestione collaterale integrata dell'ansia, depressione e insonnia nel disturbo post-traumatico da stress" con rilascio di attestato
- Partecipazione al corso " il microbiota umano: perchè i batteri sono la chiave della nostra salute" con rilascio di attestato