

INFORMAZIONI PERSONALI

Stefania Ruggeri

✉ stefania.ruggeri@crea.gov.it
sito web: www.stefaniaruggeri.it

POSIZIONI ATTUALMENTE
RICOPERTE

Primo Ricercatore a presso CREA- Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione, Via Ardeatina 546 00178 Roma (dal 1998).

Professore Incaricato di Tecnologie Alimentari SSD AGRI/ 15 (dal 2013) nel Corso di Laurea in Scienze della Nutrizione Umana Facoltà di Medicina dell'Università di Roma "Tor Vergata"(dal 2013)

Professore Incaricato di Healthy Food Design SSD AGRI 15 (dal 2017) nel Corso di Laurea in Scienze della Nutrizione Umana Facoltà di Medicina dell'Università di Roma "Tor Vergata" (dal 2017)

Professore Incaricato di Comunicazione in Nutrizione SSD MED 49 (dal 2017) nel Corso di Laurea in Scienze della Nutrizione Umana Facoltà di Medicina dell'Università di Roma "Tor Vergata (dal 2013)

Coordinatrice scientifica, ideatrice e co-fondatrice dell'hub CREA "*Sustainable Food Design: percorsi di sostenibilità verso la transizione ecologica*"

ESPERIENZE
PROFESSIONALI
rilevanti

1° gennaio 2016- 31 agosto 2016

Consulente scientifico per la redazione di un rapporto tecnico per il corretto uso degli integratori alimentari per conto di MSL Italia (società di comunicazione scientifica).

1° gennaio 2012 – 31 maggio
2012

Consulente scientifico per l'ideazione e organizzazione della campagna di comunicazione: "Mese della Prevenzione dei difetti congeniti e della Prematurità", (www.primadellagravidanza.it) per l'*International Centre on Birth Defects and Prematurity*" (ICBD), centro di coordinamento dell'International Clearing House.

1° gennaio 2013- 31 dicembre
2015

Consulente scientifico per la costruzione dei contenuti sui temi riguardanti l'alimentazione della serie televisiva "Unti e Bisunti" in onda su *Discovery Channel* (tre stagioni)

1° gennaio 2010- 31 dicembre
2010

Consulente scientifico per l'ideazione e la costruzione dei contenuti e della comunicazione della campagna "Pensiamoci Prima" nell'ambito di progetto CCM finanziato dal Ministero della Salute

- 25 maggio 1998-31 ottobre 1998 Vincitrice Borsa di studio dell'Istituto per la Valorizzazione dei Salumi Italiani
Istituto Nazionale della Nutrizione (INN) via Ardeatina 546-00178 Roma
- 17settembre/ottobre 1997 Vincitrice Borsa di Studio nell'ambito della Cost Action 1999 "Food Composition and Food Data"
Institute of Food Research , Norwich UK
- 1°marzo 1995-marzo 1996 Vincitrice Borsa di studio nell'ambito del progetto RAISA-CNR bando n 201.75/2 del 15/04/94
Istituto Nazionale della Nutrizione (INN) via Ardeatina 546-00178 Roma
- 1°aprile 1992-aprile 1994 Vincitrice Borsa di studio dell'*International Institute of Tropical Agriculture*, Ibadam, Nigeria
Istituto Nazionale della Nutrizione (INN) via Ardeatina 546-00178 Roma

ISTRUZIONE E FORMAZIONE**ATTIVA (ultimi 5anni)**

- Da A.A. 2013-2014 ad oggi **Docente Master di II Livello di "Nutrizione Personalizzata: le basi molecolari"**
Università di Roma, Tor Vergata, Lezioni:
"Dieta in epoca preconcezionale e gravidanza", "Comunicazione in Nutrizione"
- Da A.A. 2013-2014 ad oggi **Docente Master I Livello di "Nutrizione & Cosmesi"** Università di Roma, Tor Vergata
"Lezioni: Nutrizione di Genere", "Comunicazione in Nutrizione"
- Da A.A. 2020 ad oggi **Docente Master di I Livello di "Psico-Neuro-Endocrino Immunologia della Nutrizione"**
Università Europea Tor Vergata. Ciclo di lezioni "Alimentazione e stili di vita nei primi 1000giorni di vita", "Biochimica degli Alimenti"
- Da A.A. 2013-2014 ad oggi **Docente Master di II Livello di "Nutrizione Personalizzata: le basi molecolari"**
Università di Roma, Tor Vergata

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Dal 2008-2009 **Master di II livello in Comunicazione della Scienza e Giornalismo Scientifico** Le Scienze della vita nel giornalismo nei rapporti politico-istituzionali"
Università "Sapienza", Roma. A.A. 2008-2009
- Dal 2004-2006 **Dottorato di Ricerca in Biotecnologie degli Alimenti**

- Università degli Studi del Molise (XIX ciclo) DISTAAM
- 20 novembre 1990 **Laurea in Scienze Biologiche 110/110 e lode**
Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"
- 26-27 maggio 2017 **Corso sulla CTB-E focalizzata per i disturbi del comportamento alimentare- AIDAP**, <http://www.aidap.org/>
- 17-18 aprile 2012 **Corso Engaging the audience with science. Media Actions for International Training of Researchers-project programme funded by the European Commission**
MAITRE c/o Istituto Nazionale della Nutrizione, Via Ardeatina 546 -00178 Roma
- 20 ottobre 2010 **Training Course: "Getting the message out: Press Officer skill"**.
Alpha Galileo Foundation- Società di comunicazione scientifica (London, UK)
- 19 ottobre 2010 **Training Course: "Research, Media and Making your point. An introduction to effective communication through the media for researcher"**. Alpha Galileo Foundation- Società di comunicazione scientifica (London, UK)
- marzo-giugno 2002 **Corso di informatica di base ed applicativi Microsoft Office-**
Organizzato da HUB.NET, c/o l'Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (INRAN), Roma
- 5 settembre -3 ottobre 1997 **Applied Nutrition and Dietetics- Corso di formazione in Nutrizione e Dietetica Applicate**. c/o Nutrition, Diet and Health Department of the Institute of Food Research, Norwich, UK
- 5 settembre – 3 ottobre 1997 **Vincitrice Borsa Cost Action 1997 per il perfezionamento sulle metodologie di determinazione dell'acido folico e folati negli alimenti e in campioni biologici – c/o Nutrition, Diet and Health Department of the Institute of Food Research, Norwich, UK**

COMITATI SCIENTIFICI

E' membro del Comitato Scientifico dell'"Osservatorio sulla Criminalità nell'Agricoltura e sul sistema Agroalimentare", presieduto dal Procuratore Gian Carlo Caselli.

E' membro del Comitato tecnico scientifico dell'Osservatorio per la Dieta Mediterranea

E' membro della Commissione di esperti per la definizione e la redazione dei Livelli di Assunzione di Riferimento di Energia e Nutrienti per la popolazione Italiana (LARN- SINU).

E' componente del Comitato di Indirizzo del Corso di Laurea: "Scienze degli Alimenti e

Nutrizione Umana” dell’Università degli Studi di Foggia e del Comitato di Indirizzo del Dottorato di Ricerca in “Qualità degli Alimenti e Nutrizione Umana” dell’Università degli Studi di Foggia.

E’ componente del comitato scientifico: “Associazione per la Dieta Mediterranea Ancel Keys: alimentazione e stile di vita”.

E’ stata componente del Comitato scientifico del “Network Italiano Promozione Acido Folico per la Prevenzione Primaria dei Difetti Congeniti” coordinato dall’Istituto Superiore di Sanità (2003-2016).

E’ stata componente del “PREPREG NETWORK-an International Research Network within Preconception Health and Care” (2014-2017).

E’ stata componente dell’ *Italian Scientific Board* del “Randomized clinical trial to evaluate the efficacy of high dose of folic acid to prevent the occurrence of congenital malformation”(bando AIFA <http://www.folictrial.org>) (2012-2014).

E’ stata componente della Rete Europea EUROCAT. “A European network of population-based registries for the epidemiologic surveillance of congenital anomalies” (www.eurocat-network.eu) (2012-2015).

E’ stata componente del comitato di esperti “Improving Health, Well-being e Longevity” della piattaforma italiana “Food for Life”.

INCARICHI ISTITUZIONALI

Ha coordinato il gruppo di esperti per la redazione del Capitolo sui “Consigli Speciali” del Dossier Scientifico delle “Linee Guida per una Sana Alimentazione” pubblicate dal CREA- Alimenti e Nutrizione, Edizione 2018
(<https://www.crea.gov.it/documents/59764/0/Dossier+Scientifico+Linee+Guida+2018.pdf/58910724-956c-d5de-9ee6-8b271835e206?t=1587466323780>)

Ha fatto parte del gruppo di esperti per la stesura delle “Linee Guida per una Sana Alimentazione” pubblicate dal CREA- Alimenti e Nutrizione, Edizione 2018
(<https://www.crea.gov.it/documents/59764/0/LINEE-GUIDA+DEFINITIVO+%281%29.pdf/3c13ff3d-74dc-88d7-0985-4678aec18537?t=1579191262173>)

E’ stata nominata nel 2006 Delegato Scientifico dall’Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione, nell’ambito dei rapporti Italia –Cina, per il SINO-Italian Workshop: “New tools to improve the Quality and Safety of Agricultural Products” tenutosi a Pechino il 22-23 novembre 2006.

Nel 2005 è stata nominata Delegato Scientifico Nazionale dal Ministero dell’Istruzione, dell’Università e della Ricerca (MIUR) nell’ambito dei rapporti Italia-Cina, per rappresentare l’Italia del Mese della Scienza e Tecnologia cinese per le Olimpiadi del 2008. Ha tenuto la lecture: Food safety and Food quality: general wide problem”.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	C1/C2	B1/B2	B1/B2	B1/B2	C1/C2
Vedi Certificazioni Corsi lista allegati					
Francese	A1/A2	A1/A2	A1/A2	A1/A2	A1/A2

ATTIVITA' di RICERCA

In questi anni sono stata responsabile scientifico di progetti di ricerca e comunicazione ad affidamento diretto e coordinatrice di unità operative, work package di progetti di ricerca e di comunicazione a bando e istituzionali, di cui ho curato la stesura. L'attività di ricerca è focalizzata sullo studio della qualità nutrizionale degli alimenti e dell'alimentazione e degli stili di vita sulla salute umana.

Ho ideato e co-fondato al CREA Alimenti e Nutrizione nel 2021, l'hub "Sustainable Food Design: percorsi di sostenibilità verso la transizione ecologica" per supportare le piccole e medie imprese dell'agroalimentare italiano.

Ho coordinato dal 2016 al 2018 GdR 3.3 *Nutrizione e stili di vita in età fertile, in gravidanza e in età evolutiva per la riduzione del sovrappeso e dell'obesità e delle patologie congenite*. Insieme alle attività di coordinamento, ho continuato a dedicarmi agli studi in laboratorio sulle caratteristiche nutrizionali degli alimenti di origine vegetale e sullo sviluppo di indicatori di qualità nutrizionali (es: studio dei marcatori di stato vitaminico e funzionale), per mantenermi aggiornata sulle nuove metodologie e perché convinta che la conoscenza delle loro caratteristiche sia alla base dello sviluppo delle raccomandazioni nutrizionali per la popolazione. In parallelo agli studi sugli alimenti, da molti anni porto avanti studi sulla salute materno – infantile, con indagini sull'assunzione di vitamine, indagini sull'aderenza alla Dieta Mediterranea e sono impegnata nella promozione di sane abitudini alimentari e stili di vita nel periodo preconcezionale e durante la gravidanza, all'interno di progetti di ricerca istituzionali. I risultati dei progetti sono stati oggetto di pubblicazione scientifiche. Ho partecipato all'ideazione e realizzazione di campagne istituzionali, all'interno di progetti di ricerca e di comunicazione. Sono stata componente di gruppi di lavoro istituzionali e comitati scientifici e relatrice invitata a numerosi congressi scientifici nazionali ed internazionali.

Credo fondamentale un rinnovamento della ricerca nel settore e la modalità di comunicazione degli argomenti scientifici riguardanti i temi dell'alimentazione, degli stili di vita e della qualità e sicurezza dei prodotti dell'agroalimentare italiano, al fine di aumentare "la fiducia" e la consapevolezza sul valore delle nostre produzioni e migliorare la qualità e l'aspettativa di vita della popolazione italiana.

COMPETENZE COMUNICATIVE E DIVULGAZIONE SCIENTIFICA

Appassionata di comunicazione scientifica e autrice per prestigiose case editrici italiane, affianco all'attività di ricerca l'attività di comunicazione e divulgazione scientifica attraverso la scrittura di libri sui temi della sana alimentazione e dei sani stili di vita (La Nuova Dieta Mediterranea, Gribaudo Feltrinelli Ed, due edizioni 2014 e 2015, più di 6mila copie vendute; "Mamma che fame! Adolescenti: dall'acne al peso, i consigli (e le ricette) della nutrizionista", Sonzogno Ed, 2018), con collaborazioni con testate di giornalismo scientifico tra cui Agronotizie (<https://agronotizie.imagelinetwork.com/>) Scienza in Rete (<https://www.scienzainrete.it/taxonomy/term/260/all>), Galileo (2010-2011), OK salute, con

prestigiose riviste di cultura e politica tra cui Italiani Europei www.italianieuropei.it e con partecipazioni come esperta di alimentazione e nutrizione a trasmissioni televisive dal 1998 (con primo incarico per la trasmissione televisiva "Vivere bene" di Mediaset).

Partecipo come ospite alle edizioni del Festival del Giornalismo Alimentare e alle manifestazioni Slow Food.

Le mie competenze sulle modalità e strumenti più efficaci nella comunicazione e nella divulgazione scientifica sono state acquisite attraverso la formazione accademica (Master), corsi in agenzie di comunicazione scientifica (Alpha Galileo. Londra,) e stage presso agenzie di comunicazione scientifica (Zadig, Milano) <https://web.uniroma1.it/mastersgp/mastersgp/studenti-0/studenti-2008/2009> (giugno luglio 2009).

Sono invitata come esperta di nutrizione a numerosi programmi televisivi e radiofonici tra cui: Geo (Rai3), Tutta Salute (Rai 3), UnoMattina (Rai 1), La Vita in Diretta (Rai 1), Elisir (Rai 3), Quinta Colonna (Rete 4), Open Space (Italia 1), RaiNews 24, Radio 24. Sono stata esperta ospite fissa nella trasmissione televisiva Selfie (Canale 5) e ho collaborato alla revisione dei contenuti sugli aspetti che riguardavano l'alimentazione della serie televisiva "Unti e Bisunti " trasmessa sui canali Discovery. Sono intervistata da testate giornalistiche nazionali tra cui: La Repubblica, il Corriere della sera, Il Messaggero (cartacei e on line), Il Fatto alimentare, Altroconsumo, Il Salvagente.

Ho rappresentato il CREA in molte iniziative di public engagement.

Per le mie capacità comunicative in ambito istituzionale ho partecipato ad eventi organizzati dal CREA (tra cui: Vinitaly, 2019, Fiera Del levante Bari 2018, MACFRUT 2015 e a diverse edizioni del BAR della Scienza CREA).

Sono stata invitata a due edizioni del Festival del Giornalismo Alimentare tenutosi a Torino nel 2018 e nel 2019 e ospite nelle manifestazioni Slow Food.

Credo fondamentale un rinnovamento delle modalità di comunicazione degli argomenti scientifici riguardanti i temi dell'alimentazione, degli stili di vita e della qualità e sicurezza dei prodotti dell'agroalimentare italiano, al fine di aumentare "la fiducia" e la consapevolezza sul valore delle nostre produzioni e migliorare la qualità e l'aspettativa di vita della popolazione italiana. Per questa ragione, per migliorare le mie capacità comunicative e per acquisire tecniche nuove, mi aggiorno con corsi tenuti da agenzie di comunicazione e corsi amatoriali tenuti da esperti nazionali e internazionali di giornalismo e comunicazione scientifica.

COMPETENZE ORGANIZZATIVE E GESTIONALI

Negli ultimi vent'anni della mia attività di ricercatrice presso l'ex INRAN e ora CREA-Alimenti e Nutrizione, sono stata responsabile scientifico di progetti scientifici e di progetti di comunicazione istituzionale a cui afferivano diverse unità operative composte da personale tecnico, da ricercatori e medici di istituti di ricerca, produttori, aziende ospedaliere, responsabile di unità operative e work package, di gruppi di lavoro. Più recentemente, ho coordinato un gruppo di lavoro composto da 27 persone tra medici e ricercatori per la revisione del Capitolo 2 dell'edizione 2108 delle Linee Guida per una Sana Alimentazione del CREA, gruppo che ha lavorato per più di quattro anni.

Ho coordinato dal 2016 al 2018 il Gruppo di Ricerca GdR 3.3 Nutrizione e stili di vita in età fertile, in gravidanza e in età evolutiva per la riduzione del sovrappeso e dell'obesità e delle patologie congenite, del CREA-AN, nelle fasi iniziali della sua formazione con la collega Laura Censi, cercando di favorire l'unione tra i componenti (personale tecnico, ricercatori, tecnologi e giornalisti) che provenivano da esperienze lavorative diverse. Tutte queste attività mi hanno permesso di migliorare la mia capacità di leadership, di ascolto, confronto e scelta degli obiettivi da perseguire e anche di migliorare le mie competenze organizzative e gestionali, per arrivare a finalizzare i risultati previsti nei progetti.

Oggi coordino l'hub "Sustainable Food Design" a cui afferiscono sei ricercatrici, quattro collaboratori tecnici del CREAAN, docenti universitari, istituti di formazione.

Competenze digitali

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

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato
 Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

Attraverso i corsi di informatica seguiti, skill personali acquisiti con corsi amatoriali di grafica e per l'uso quotidiano nelle attività di ricerca e comunicazione ha acquisito:
 ottima padronanza degli strumenti della suite per ufficio: elaboratore di testi, foglio elettronico, software di presentazione
 ottima padronanza dei programmi per l'elaborazione digitale delle immagini acquisita come fotografo a livello amatoriale

Altre competenze

Capacità di scrittura: pubblicazione di libri a carattere scientifico divulgativo

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni

E' autrice di più di 100 pubblicazioni, di cui 30 censite dalle banche dati SCOPUS/Wos-

Relatore invitato

E' relatrice invitata a numerosi congressi scientifici nazionali e internazionali (più di 200 partecipazioni a convegni)

Appartenenza a Società Scientifiche e associazioni

Socio della Società di Nutrizione Umana, SINU
 Membro dell'Associazione Dieta Mediterranea- Pioppi

Iscrizione all'albo professionale

Iscritta all'Albo dei Biologi

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".

ROMA, 10 marzo 2024

In fede

Prof. ssa Stefania Ruggeri

