

Curriculum Vitae Europass



DICHIARAZIONE SOSTITUTIVA DI CERTIFICAZIONE (art. 46 e 47 D.P.R. 445/2000)

Il/la sottoscritta Paola Crusiz,
consapevole che le dichiarazioni false comportano l'applicazione delle sanzioni penali previste dall'art. 76 del D.P.R. 445/2000, dichiara che le informazioni riportate nel seguente curriculum vitae, redatto in formato europeo, corrispondono a verità:

Informazioni personali

Nome(i) / Cognome(i)	Paola Crusiz
Indirizzo(i)	Via Tiberio Deciani, 87, 33035, Martignacco (UD), Italia.
Telefono(i)	Cellulare: 3408052461 - 3701381079
Sito internet	www.nutrizionistapaolacrusiz.com
Pagina Facebook	https://www.facebook.com/groups/NutriMentAzione/
E-mail	paola.crusiz@postecert.it dott.paolacrusiz@gmail.com
Cittadinanza	Italiana
Data di nascita	22/02/1978
Sesso	F

Firmato digitalmente da

**PAOLA
CRUSIZ**

CN = CRUSIZ
PAOLA
O = non presente
C = IT

Esperienza professionale	
Date	Dal 28-01-19 al 28-05-2019
Lavoro o posizione ricoperti	Coordinatrice del corso integrato teorico pratico: "Dimagrire di gusto il giusto"
Principali attività e responsabilità	Coordinazione di più specialisti nel campo del Benessere (psicologo/psicoterapeuta, insegnante di fitness) per la divulgazione di comportamenti alimentari e comportamentali corretti. Approccio corretto alla dieta come stile di vita. Raccolta dei dati antropometrici e valutazione dei risultati inerenti al percorso integrato seguito dagli utenti. Insegnamento dell'educazione alimentare negli adulti.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Università delle liberEtà FVG via Napoli, 4, 33100 Udine
Tipo di attività o settore	Formazione per adulti, educazione alimentare e prevenzione dei comportamenti alimentari scorretti
Date	13 febbraio 2017
Lavoro o posizione ricoperti	Relatore conferenza: "Legumi e cereali: un grande valore"
Principali attività e responsabilità	Relatore di conferenza per una corretta informazione alimentare e nutrizionale
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Libero professionista
Date	13 febbraio 2017
Lavoro o posizione ricoperti	Relatore conferenza: "Cibi semplici per prevenire i processi infiammatori"
Principali attività e responsabilità	Relatore di conferenza per una corretta informazione alimentare e nutrizionale
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Libero professionista
Date	15 dicembre 2016
Lavoro o posizione ricoperti	Relatore conferenza: "Osteoporosi: prevenzione e strategie di cura"
Principali attività e responsabilità	Relatore di conferenza per la prevenzione dell'osteoporosi e la divulgazione dei corretti comportamenti Alimentari.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Libero professionista
Date	01/12/2015 –a presente
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Biologa nutrizionista, libero professionista
Tipo di attività o settore	Elaborazione piani alimentari individuali per soggetti sani e con patologia in collaborazione con medici di base Elaborazione piani nutrizionali collettivi Elaborazione piani nutrizionali per esigenze specifiche (gravidanza, allattamento, pediatrico...) Educazione alimentare attraverso conferenze e blog Programmazione laboratori didattici per l'educazione alimentare per adulti e bambini Interventi di educazione alimentare nelle scuole d'istruzione primaria e secondaria di I e II grado Interventi di educazione per la prevenzione dei DCA e delle patologie ad alto impatto socio-economico. Controllo qualità e gestione dell'igiene alimentare Gestione archivio pazienti e pratiche amministrative

Firmato digitalmente
da**PAOLA CRUSIZ**CN = CRUSIZ PAOLA
O = non presente
C = IT

	Libero professionista, Via Tiberio Deciani 87 UD
	Nutrizione umana e igiene degli alimenti
Date	01/11/2015 al 31-10-2018
Lavoro o posizione ricoperti	Collaboratore di ricerca "Alimenti e Salute umana" interdisciplinare (CHIM / BIO / MED)
Principali attività e responsabilità	Progetto di ricerca: Valutazione dell'efficacia di alcuni oli essenziali nel trattamento della sindrome metabolica attraverso lo studio della variazione bioenergetica mitocondriale. Estrazione mitocondri da cuore di bovino / suino Estrazione di mitocondri da altri tessuti Estrazione particelle sub-mitocondriali (SMP) attraverso sonicazione Quantificazione proteica con protocollo di Lowry/Biuretto Western blotting Misurazione della funzionalità mitocondriale attraverso saggio polarografico e spettrofotometrico Misurazione spettrofluorometrica per il saggio di danno ossidativo mitocondriale e apertura TMP Gascromatografia per caratterizzazione quantificazione di oli essenziali (GC-GC-MS) Saggi d'inibizione della funzione mitocondriale
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Università degli studi di Udine, Dipartimento di scienze chimiche, agroalimentari e dell'ambiente Via Delle scienze 100, Italia.
Tipo di attività o settore	Ricerca e innovazione: Effetto dei Terpeni e Terpenoidi estratti da oli essenziali comuni sulla funzionalità mitocondriale, sulla genesi mitocondriale e sulla differenziazione adipocitaria Effetto di oli essenziali comuni sulla funzionalità mitocondriale e l'evento apoptotico. Sviluppo di potenziali prodotti ad interesse salutistico. Rapporto morfo-funzionale tra stato nutritivo e architettura mitocondriale
Date	06/10/2014–02/10/2015
Lavoro o posizione ricoperti	Tirocinio formativo per il conseguimento della laurea Magistrale in Biologia Molecolare, Sanitaria e della Nutrizione curriculum Nutrizionale
Principali attività e responsabilità	Tesi sperimentale: Danno ossidativo su EVOO in condizioni normali e in atmosfera controllata con azoto esposti alla luce e mantenuti al buio Protocollo per valutazione del danno ossidativo Protocolli per le analisi di olio d'oliva extravergine Protocollo di analisi della qualità alimentare
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Università degli Studi di Urbino, Istituto di Chimica Biologica Via Saffi, 2 Urbino (Italia) Resp. Prof. Paolino Ninfali
Tipo di attività o settore	Ricerca in Biochimica della Nutrizione e Chimica degli alimenti

Firmato
digitalmente da
PAOLA CRUSIZ

CN = CRUSIZ PAOLA
O = non presente
C = IT

Date	04/11/2008–30/10/2009
Lavoro o posizione ricoperti	Tirocinio formativo per il conseguimento del diploma di laurea in Scienze biologiche e tecnologie cellulari e molecolari
Principali attività e responsabilità	Tesi sperimentale; Effetto dell'IL-1Ra sui cardiomiociti ischemici Colture di fibroblasti Estrazione DNA/RNA Real time PCR Elettroforesi su gel d'agarosio e poliacrilamide Western blot Southern blot
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Università degli Studi di Trieste, Laboratorio di Patologia Molecolare, Resp. Prof. Aldo Dobrina, Trieste (Italia)
Tipo di attività o settore	Ricerca in Patologia Molecolare
Istruzione e formazione	
Date	04-12-18
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università degli studi di Udine, Dipartimento di scienze chimiche, agroalimentari e dell'ambiente Via Delle scienze 100, Italia.
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	"Development of electrochemical aptasensors for food and biomedical analysis" aggiornamento professionale
Date	21-11-18
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università degli studi di Udine, Dipartimento di scienze chimiche, agroalimentari e dell'ambiente Via Delle scienze 100, Italia.
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	"Tossicità dei prodotti di glicosilazione avanzata alimentari: un eccesso di prove che confonde l'accusa" aggiornamento professionale
Date	04-12-18
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università degli studi di Udine, Dipartimento di scienze chimiche, agroalimentari e dell'ambiente Via Delle scienze 100, Italia.
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	"Valutazione di meccanismi e conseguenze dello stress ossidativo in condizioni fisiologiche e patologiche" aggiornamento professionale
Date	dal 15 al 17 settembre 2018
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università degli studi di Udine, Dipartimento di scienze chimiche, agroalimentari e dell'ambiente Via Delle scienze 100, Italia.
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Workshop: "Patologie Cardiometaboliche e trattamento medico-nutrizionale" corso di aggiornamento professionale

Firmato digitalmente da
PAOLA CRUSIZ

CN = CRUSIZ PAOLA
O = non presente
C = IT

Date	19/02/2015
Titolo della qualifica rilasciata	Attestato ECM disponibile "Terapie educative del sovrappeso e dell'obesità in età evolutiva"
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Corso FAD EDUISS-formazione a distanza dell'Istituto Superiore della Sanità
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	<ul style="list-style-type: none"> • Descrivere le principali caratteristiche del fenomeno del sovrappeso e dell'obesità in età evolutiva • Identificare gli strumenti diagnostici e terapeutici più idonei al trattamento del sovrappeso e dell'obesità in età evolutiva • Identificare gli strumenti più appropriati per la promozione della salute e la prevenzione del sovrappeso e dell'obesità in età evolutiva.
Date	24/11/2015
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Esame di abilitazione alla professione di Biologo Sez. A Abilitazione alla libera professione
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università degli Studi d'Urbino
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Biologo sezione "A"
Date	09/09/2013–15/10/2015
Titolo della qualifica rilasciata	Laurea magistrale in Biologia Molecolare, Sanitaria e della Nutrizione Università degli Studi di Urbino (Carlo Bo),
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	<p>Scienza applicata alla gestione della ricerca di laboratorio di biologia bioinorganica chimica analitica strumentale, tecnologie biologiche avanzate, fisiologia della produzione primaria</p> <p>Scienza applicata alla nutrizione e alimentazione umana</p> <ul style="list-style-type: none"> • igiene della nutrizione e degli alimenti, • tecniche dietetiche applicate, • biochimica medica, • biologia molecolare e clinica (proteomica), • fisiologia umana 2. • Endocrinologia • Biochimica della nutrizione • Chimica degli alimenti <p>Approfondimento sull'analisi della qualità alimentare con particolare riferimento a situazioni che necessitano di particolare sorveglianza (Es: oli derivanti da olive colpite da <i>Bactrocera oleae</i>, <i>Fumaggine</i>, <i>Xilella fastidiosa</i> ecc.).</p> <p>Elaborato finale tesi sperimentale:</p> <p>Danno ossidativo su EVOO mantenuti alla luce e al buio e conservati in condizioni normali e in atmosfera controllata con Azoto</p>

Firmato
digitalmente da
PAOLA CRUSIZ

CN = CRUSIZ PAOLA
O = non presente
C = IT

UDINE, 07 DICEMBRE 2018

CURRICULUM VITAE ET STUDIORUM DI PAOLA CRUSIZ

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione

Università degli studi di Urbino

Livello nella classificazione nazionale o internazionale

Laurea Magistrale in Biologia (LM 06)

Date

11/10/2005-02/10/2009

Titolo della qualifica rilasciata

Laurea Triennale in Scienze Biologiche

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione

Università degli Studi di Trieste, Trieste (Italia)

Principali tematiche/competenze professionali acquisite

Tematiche affrontate inerenti il profilo

- igiene sanitaria
- patologia molecolare
- genetica umana
- genetica medica
- Istologia ed embriologia
- anatomia
- fisiologia di organi e sistemi
- biochimica e biochimica cellulare con laboratorio
- biochimica clinica
- biologia cellulare e molecolare con laboratorio
- proteomica
- biologia molecolare e cellulare 1 e 2
- trascrittomica

Livello nella classificazione nazionale o internazionale

Altre tematiche: tecniche di analisi ultrastrutturale con laboratorio, microbiologia, tecniche d'estrazione degli botanica, fisiologia vegetale, zoologia, estrazione degli acidi nucleici, proteomica, bioinformatica, chimica inorganica con laboratorio, chimica organica,

Elaborato finale tesi sperimentale:

Effetto antiapoptotico dell'IL1-Ra sui miocardioci ischemici
patente ECDL core

Laurea Triennale in Scienze biologiche curriculum biomolecolare

Capacità e competenze personali

Madrelingua(e)

Italiano

Altra(e) lingua(e)

1-Inglese, 2-Francese

Autovalutazione

Livello europeo (*)

Lingua

Lingua

	Comprensione		Parlato		Scritto
	Ascolto	Lettura	Interazione orale	Produzione orale	
1	B1	B2	B1	B1	B2
2	A2	A2	A2	A1	A2

(*) Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

Capacità e competenze sociali

Ottime competenze comunicative acquisite sia durante le esperienze universitarie che durante esperienze lavorative a contatto diretto con il pubblico (commessa, banconiera, operaia addetta alla mensa scolastica). Ottima predisposizione all'insegnamento.

Capacità e competenze organizzative

Ottime competenze organizzative, ottime capacità di problem solving

Firmato digitalmente da
PAOLA CRUSIZ

CN = CRUSIZ PAOLA
O = non presente
C = IT

Capacità e competenze tecniche	<p>Padronanza del colloquio con i pazienti, aiuto alla stesura del diario alimentare e somministrazione di questionari anamnestici e alimentari, ricordo delle 24h, misurazioni antropometriche, bioimpedenziometria, plicometria, utilizzo di software per la stesura di piani nutrizionali bilanciati e di foglio di lavoro Excel programmato.</p> <p>Buona padronanza di lavoro sotto cappa sia con sostanze tossiche o nocive sia con elementi delicati (RNA, DNA...)</p> <p>Uso di strumenti bio informatici e programmi statistici</p> <p>Accuratezza e precisione nell'elaborazione dei dati e nell'attuazione di protocolli.</p> <p>Responsabilità nel uso di strumenti e attrezzature delicate.</p> <p>Riservatezza e serietà</p> <p>Patente B</p>
Capacità e competenze informatiche	<p>Buona padronanza degli strumenti Microsoft Office patente ECDL core conseguita nel 18/03/2009, PCA (principal component analysis)</p>
Capacità e competenze artistiche	
Altre capacità e competenze	<p>Correlatore di tesi sperimentale: Effetto del Fosfato e dell' Arsenato sul legame della Ciclofilina D al complesso F0f1-ATP sintetasi</p> <p>Correlatore di tesi sperimentale: Valutazione dell'effetto anti-apoptotico del R e S Limonene su mitocondri di cuore di bovino</p> <p>Short Communication: Application of terpenes and terpenoids present in some common essential oils in the study of adipogenic differentiation in relation to development of obesity and overweight</p>
Patente	B
Ulteriori informazioni	<p>Iscrizione al Corso per Tecnico Esperto in Sistemi di Gestione per la Qualità e la Sicurezza Alimentare Per il conseguimento di:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attestato di qualifica "Auditor Interno di Sistemi di Autocontrollo HACCP " • Attestato di qualifica per "Auditor/Lead Auditor di Sistemi di Gestione per la Qualità" (qualificato KHC) • Attestato di qualifica "Auditor Interno per Standard Internazionali delle catene distributive " • Attestato di qualifica "Internal Food Safety Auditor ISO 22000" • Attestato di partecipazione finale
Allegati	<p>Se richiesta: Lettera di referenze rilasciata dal Chiar.mo Prof. Ninfali, Università di Urbino, Dipartimento di Biochimica della nutrizione.</p>
Firma	<p>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 (facoltativo)".</p> <p>Firmato digitalmente da</p> <p>PAOLA CRUSIZ</p> <p>CN = CRUSIZ PAOLA O = non presente C = IT</p>