



Leonardo Guasti

ESPERIENZA LAVORATIVA

Borsista di Ricerca

Azienda Ospedaliero Universitaria Careggi AOUC [03/12/2023 – Attuale]

Città: Firenze | Paese: Italia

Attività di borsista di ricerca all'interno del progetto di ricerca multicentrico "The Respect".

- obiettivi progettuali: validare un metodo basato su Machine learning e intelligenza artificiale per stratificare il rischio di aritmie in pazienti affetti da scompenso cardiaco e cardiomiopatie.
- attività del borsista: collaborazione all'analisi statistica dei dati clinici e nelle attività di data management dello studio, in particolare revisione delle cartelle dei soggetti reclutati per lo studio retrospettivo e inserimento dei dati clinici di tutti i pazienti arruolati nello studio all'interno di una CRF condivisa creata dai partners dello studio multicentrico.

Nutrizionista

Libero professionista [01/02/2014 – Attuale]

Città: Prato, Firenze | Paese: Italia

Attività di libero professionista con partita IVA.

Principali attività svolte:

- Valutazione dello stato nutrizionale dei pazienti tramite misure antropometriche, plicometria, bioimpedenziometria con ricavo di informazioni dettagliate su percentuale e peso di massa magra e massa grassa, metabolismo basale e quantitativo di acqua corporea.
- Creazione di profili dietetici personalizzati sulle esigenze dei pazienti, considerando gli aspetti sia fisiologici che patologici di ogni singolo caso.
- Consulenze ed incontri di educazione alimentare con enti ed aziende del settore sportivo, cosmetico ed erboristico.

Consulente strumentale medicale

Synergie HR solutions SRL [01/03/2022 – 30/09/2022]

Paese: Italia

Contratto di collaborazione come consulente strumentale medicale nelle farmacie della Toscana.

Principali attività svolte:

- Test per la valutazione del reflusso venoso tramite reografia a luce riflessa (Venoscreen).
- Test per la valutazione della densità minerale ossea tramite ultrasonografia al calcagno (Achilles).
- Test per la valutazione della composizione corporea tramite bilancia bioimpedenziometrica (In Body).
- Test per la valutazione della capacità polmonare tramite spirometro (Mir).

Toscana, Italia

Nutrizionista

F.I.R.M.O. Fondazione Italiana Ricerca sulle Malattie dell'Osso (ONLUS) [01/09/2017 – 31/12/2021]

Città: Firenze | Paese: Italia

Collaborazione occasionale.

- Creazione e realizzazione di giochi ed attività per il rilancio del progetto di educazione alimentare "Crescere forti e sani con Mister Bone". Esecuzioni di lezioni nelle classi delle scuole del territorio fiorentino coinvolte nel progetto su tematiche relative a salute delle ossa e prevenzione dell'osteoporosi tramite corretti stili di vita.
- Realizzazione sul territorio nazionale del progetto "Bone Tour 2017". Esecuzione di consulenze nutrizionali per la prevenzione dell'osteoporosi e il mantenimento di uno scheletro sano e somministrazione di questionari di frequenza per stimare le abitudini alimentari nelle piazze delle città coinvolte (Lecce, Cagliari).
- Svolgimento di consulenze nutrizionali per la prevenzione dell'osteoporosi e somministrazione di questionari di frequenza tramite software informatizzato per stimare le abitudini alimentari della popolazione durante la realizzazione della campagna "Il Piatto Forte for Sicily - Bone Tour 2018", nelle città di Palermo, Trapani, Agrigento e Caltanissetta.
- Svolgimento di consulenze nutrizionali per la prevenzione dell'osteoporosi e somministrazione di questionari di frequenza tramite software informatizzato per stimare le abitudini alimentari della popolazione durante la realizzazione della campagna "Bone Tour 2019", nelle città di Pescara, Chieti, Termoli e Teramo.
- Svolgimento di consulenze nutrizionali per la prevenzione dell'osteoporosi e somministrazione di questionari di frequenza tramite software informatizzato per stimare le abitudini alimentari della popolazione durante la realizzazione della campagna "Bone Tour 2021", nelle principali province della regione Puglia (Bari, Brindisi, Lecce, Taranto, Foggia).

Educatore e divulgatore scientifico

Università degli Studi di Firenze - Associazione OpenLab [01/05/2017 – 31/12/2020]

Città: Firenze | Paese: Italia

Contratto di prestazione occasionale con l'Associazione Universitaria di divulgazione scientifica OpenLab.

Principali attività svolte:

- Realizzazione di attività e materiale informativo inerenti al tema dell'alimentazione e la nutrizione per gruppi di bambini e classi scolastiche di tutte le età.
- Sviluppo e collaborazione con Mukki Latte di attività ludico-educative riguardanti la corretta alimentazione dei bambini.
- Svolgimento di giochi educativi durante la manifestazione ludico-scientifica "ScienzEstate" nelle edizioni 2017 e 2018.

Borsista di ricerca

Università degli Studi di Firenze, Dipartimento di Chirurgia e Medicina Traslazionale (DCMT) [01/08/2015 – 31/10/2018]

Città: Firenze | Paese: Italia

Borsa di ricerca all'interno del progetto di ricerca europeo C4H "Credits for Health" volto all'adozione di uno stile di vita sano attraverso l'assunzione di una equilibrata dieta mediterranea, maggiore attività fisica e ampliamento delle relazioni sociali ed interpersonali.

Principali attività svolte:

- Valutazione dei parametri antropometrici (altezza, peso, circonferenza ombelicale, massa magra, massa grassa, acqua corporea) dei soggetti afferenti al progetto
- Elaborazione dei contenuti nutrizionali presentati all'interno della piattaforma informatica ICT proposta ai soggetti reclutati ed assistenza tecnica in caso di aiuto
- Moderazione e gestione del Forum on-line presente all'interno della piattaforma informatica ICT.

Nel contempo, partecipazione alle attività lavorative inerenti ad altri progetti ed attività parallele:

- Elaborazione e stesura di materiale informativo sul ruolo delle prugne nella salute delle ossa.
- Presentazione di due abstract per la conferenza internazionale WCO-IOF-ESCEO 2017 esposti durante la poster session relativa.
- Somministrazione di questionari nutrizionali per la valutazione dell'introito di calcio con la dieta alle persone reclutate nel protocollo clinico "Acqua Uliveto".
- Elaborazione di indicazioni nutrizionali per i soggetti reclutati durante il protocollo clinico "Acqua Uliveto".

- Stesura di un database alimentare per la creazione e sviluppo di un nuovo software per il calcolo dell'assunzione di calcio nella popolazione.
- Reclutamento ed intervista di soggetti per la pubblicazione di lavori sulla validità dello strumento Calcium Calculator nella stima dell'apporto di calcio attraverso la dieta.

Biologo Nutrizionista

E.N.P.A.B. [27/10/2016 – 01/06/2017]

Città: Firenze | Paese: Italia

Borsa di studio assegnata dall'E.N.P.A.B. (Ente Nazionale di Previdenza e Assistenza dei Biologi) per lo svolgimento dell'incarico di Nutrizionista all'interno del progetto "Biologi nelle Scuole 2016-2017" presso le classi terze della scuola primaria Duca D'Aosta, Firenze.

Principali attività svolte:

- Lezioni frontali, attività pratiche e laboratori interattivi con alunni e genitori riguardo tematiche inerenti la corretta alimentazione e la preservazione ambientale;
- Svolgimento di sportelli di ascolto di educazione alimentare assieme ai genitori degli alunni coinvolti.

Consulente nutrizionale

L'Isola Verde S.r.l. [01/10/2014 – 16/03/2015]

Città: Lugnano di Vicopisano | Paese: Italia

Contratto a tempo determinato come Consulente Nutrizionale nei punti vendita nazionali dell'azienda.

Principali attività svolte:

- Consulenze nutrizionali con valutazione dello stato fisico della persona attraverso misurazioni antropometriche e formulazione di profili nutrizionali specifici per perdita di peso, attività sportiva, stati fisiologici e patologici (gravidanza, allattamento, intolleranze e allergie alimentari, diabete, iperlipidemie, obesità).
- Somministrazione di test per il rilevamento di stati di intolleranze alimentari.
- Indicazioni su trattamenti fitoterapici specifici per vari tipi di disturbi fisio-patologici manifestati dai clienti, tra cui spasmi addominali, gonfiore addominale, stipsi o diarrea, difficoltà digestive di varia natura, ritenzione idrica, sovraccarico di tossine e stati di spossatezza, ansia e insonnia generalizzati.
- Affiancamento e addestramento di nuovi consulenti nutrizionali da inserire nell'organico di lavoro nei diversi punti vendita aziendali in tutta Italia.
- Supporto al personale incaricato alla vendita nelle procedure di vendita diretta al cliente, smistamento merci e accoglienza clienti.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Dottorato di ricerca in Scienze Cliniche (PhD)

Università degli studi di Firenze [01/11/2018 – 07/06/2022]

Città: Firenze | Paese: Italia | Campi di studio: Salute e assistenza | Livello EQF: Livello 8 EQF | Tesi: La relazione tra dieta, osteoporosi e parodontite, studio sull'effetto della dieta e del microbiota orale sul metabolismo osseo.

Curriculum Patologia e Clinica dell'Apparato Locomotore e dei Tessuti Calcificati.

- Progetto di ricerca: La relazione tra dieta, osteoporosi e parodontite: studio sull'effetto della dieta e del microbiota orale sul metabolismo osseo.

Laurea magistrale in Scienze della Nutrizione umana (LM-61)

Università degli studi di Firenze [10/09/2010 – 30/04/2013]

Città: Firenze | Paese: Italia | Livello EQF: Livello 7 EQF

Scienze applicate all'alimentazione e alla nutrizione umana (microbiologia, igiene, biochimica, patologia, valutazioni nutrizionali).

- Titolo della Tesi: Valutazione della qualità microbiologica e nutrizionale di alimenti in distribuzione presso un ospedale toscano.
- Voto finale: 110 e lode/110

Laurea triennale in Scienze Biologiche (L-12)

Università degli studi di Firenze [10/09/2006 – 24/04/2010]

Città: Firenze | Paese: Italia | Livello EQF: Livello 6 EQF

Scienze biologiche (genetica, microbiologia, biochimica, igiene, patologia generale, zoologia, botanica, citologia, istologia).

- Titolo della tesi: Ruolo della proteina NapA su monociti e macrofagi in pazienti con artrite di Lyme.
- Voto finale: 109/110

Diploma di Liceo classico

I.S.I.S.S. Cicognini-Rodari [10/09/2002 – 07/06/2006]

Città: Prato | Paese: Italia | Livello EQF: Livello 4 EQF

Latino, Greco, Italiano, Matematica, Inglese.

- Voto finale: 78/100

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: italiano

Altre lingue:

inglese

ASCOLTO B1 LETTURA B1 SCRITTURA B1

PRODUZIONE ORALE B1 INTERAZIONE ORALE B1

Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato

PUBBLICAZIONI

Pubblicazioni :L. Guasti, L. Cianferotti, B. Pampaloni, F. Tonelli, F. Martelli, T. Iantomasi, M.L. Brandi "Evaluation of food and nutrient intake in a population of subjects affected by periodontal disease with different levels of bone mineral density", *Frontiers in Endocrinology* 2023.

·L. Vannucci, C. Fossi, S. Quattrini, L. Guasti, B. Pampaloni, G. Gronchi, F. Giusti, C. Romagnoli, L. Cianferotti, G. Marcucci, M.L. Brandi, "Calcium Intake in Bone Health: A Focus on Calcium-Rich Mineral Waters", *Nutrients* 2018.

·L. Guasti, L. Cianferotti, B. Pampaloni, V. Ciampi, G. Gronchi, S. Quattrini M. L. Brandi "Validazione dello strumento IOF Calcium Calculator per la valutazione dell'assunzione di calcio in una popolazione italiana di pazienti osteoporotici ad elevato rischio di frattura", XII° congresso ORTOMED, 2017.

·L. Cavalli, F. Giusti, L. Cianferotti, A. Guazzini, S. Parri, G. Gronchi, S. Quattrini, L. Guasti, B. Pampaloni, T. Cavalli, C. Fossi, A. Metozzi, M. L. Brandi, "Gli Italiani e il calcio : dati epidemiologici sull'introito alimentare del minerale più rappresentato nel nostro organismo emersi da una campagna di screening per l'osteoporosi", XII° congresso ORTOMED, 2017.

·L. Guasti , S. Quattrini, B. Pampaloni, L. Cianferotti, V. Fratoni, C. Fossi, S. Ciuffi, L. Serra-Majem, L. Ribas-Barba, M.L. Brandi "Food Consumption Of A Euro-Mediterranean Population In The Credits For Health Project: Role Of Fruit And Vegetable For Bone Health", *Osteoporosis international.* , 2017, Vol. 28, p.S565.

·S. Quattrini, L. Guasti, B. Pampaloni, L. Cianferotti, V. Fratoni, C. Fossi, S. Ciuffi, J. Ngo, B. Roman-Vinas, M.L. Brandi, "Food for bone health: dietary habits in the euro-mediterranean population of the Credits for health project", *Osteoporosis international.* , 2017, Vol.28, p.S562.

· B. Pampaloni, L. Cianferotti, S. Quattrini, L. Guasti, V. Fratoni, C. Fossi, P. Satta, P. De Stefanis, J. Ngo, E. Vasilopoulou, L. Serra-Majem, A. Trichopoulou, and M.L. Brandi "Credits4Health (C4H): a credit-based, people centric approach for the adoption of healthy life styles and balanced Mediterranean Diet in the frame of social participation and innovation for health promotion (EC FP7 • #602386)", Conferenza IFMed , 2016.

ONORIFICENZE E RICONOSCIMENTI

Riconoscimenti e premi

- Dicembre 2022 - Premio Miglior contributo scientifico sezione poster, Congresso ORTOMED rilasciato da: Società italiana di Ortopedia, Medicina e delle Malattie rare dello scheletro (ORTOMED). Titolo del lavoro: Valutazione dell'assunzione di alimenti e nutrienti in una popolazione di soggetti affetti da malattia parodontale con diversi livelli di densità minerale ossea.
- Dicembre 2019 - Premio Miglior contributo scientifico sezione poster under 35, Congresso ORTOMED rilasciato da: Società italiana di Ortopedia, Medicina e delle Malattie rare dello scheletro (ORTOMED). Titolo del lavoro: Caratterizzazione microbiologica e genetica di soggetti parodontici con ridotta densità minerale ossea.

COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Competenze organizzative

- Capacità di lavorare in team e gestire i ruoli all'interno di un gruppo di lavoro attraverso l'esperienza all'interno dell'Associazione OpenLab dell'Università degli Studi di Firenze.
- Buone competenze organizzative e di gestione degli orari di lavoro autonomo e non maturate durante la mia esperienza come educatore scientifico e come libero professionista in veste di Biologo Nutrizionista
- Ottime capacità nella gestione degli spostamenti e trasferte sul territorio nazionale e degli appuntamenti ottenute relazionandomi con pazienti, clienti di palestre e centri estetici nello svolgere l'attività di libero professionista e di consulente nutrizionale presso F.I.R.M.O. e precedentemente L'Isola Verde Erboristerie.

COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI

Competenze comunicative e interpersonali.

- Sviluppate capacità di ideare e realizzare progetti volti all'educazione e lo svolgimento di attività formative e allo stesso tempo ludiche grazie alle attività svolte con l'associazione OpenLab dell'Università degli Studi di Firenze.
- Appurata attitudine all'approccio comunicativo e nella gestione del rapporto operatore sanitario-paziente con i soggetti incontrati durante l'esperienza come borsista di ricerca all'interno del progetto di ricerca "Credits for Health" per conto dell'Università degli Studi di Firenze.
- Capacità dialettiche e di esposizione soprattutto rivolte a bambini e ragazzi di tutte le età maturate grazie alle attività di educatore e divulgatore scientifico durante lo svolgimento del progetto "Biologi nelle scuole" promosso da E.N.P.A.B..
- Ottime competenze comunicative maturate durante la mia esperienza di consulente nutrizionale sia durante l'esperienza presso L'Isola Verde Erboristerie che come libero professionista .
- Ottime capacità di lavorare in team acquisite durante la mia esperienza di borsista di ricerca e tirocinante presso l' Azienda ospedaliero-universitaria di Careggi (A.O.C.).

- Buona esperienza di affiancamento e insegnamento maturata grazie al ruolo di formatore di personale addetto al ruolo di consulente nutrizionale presso L'Isola Verde Erboristerie.

COMPETENZE PROFESSIONALI

Competenze professionali

- Elevate capacità di ricerca e selezione di fonti scientifiche all'interno dei principali motori di ricerca (PubMed, Google Scholar) ed elaborazione di protocolli di progetti di ricerca.
- Buona capacità gestionale di programmi per la realizzazione ed analisi di database informatici (SPSS).
- Elevata padronanza nell'uso di strumentazioni tecniche specifiche per la professione di biologo nutrizionista, tra cui nastro misuratore di circonferenza, bilancia, altimetro, plicometro, bioimpedenziometro, maturata grazie allo svolgimento della libera professione e del ruolo di Consulente nutrizionale.
- Approfondita conoscenza dei principali FFQs per la stima dell'introito di calcio e dei principali nutrienti attraverso l'alimentazione e la valutazione delle abitudini alimentari della popolazione maturata a seguito delle esperienze presso F.I.R.M.O. e Università degli Studi di Firenze.
- Ottima conoscenza dei principali trattamenti fitoterapici specifici per vari tipi di disturbi associati a situazioni fisiologiche e patologiche manifestate da clienti e pazienti. Conoscenza delle principali tecniche di vendita e di assistenza al cliente ottenuta durante l'attività di Consulente nutrizionale presso l'Isola Verde Erboristerie.
- Conoscenza specialistica delle necessità nutrizionali quali-quantitative in termini di alimentazione ed integrazione razionale e delle basi fisiologiche e biochimiche degli sportivi amatoriali e d'élite necessarie per stilare piani alimentari personalizzati per ogni data attività sportiva.
- Buona conoscenza delle tecniche di lavoro in ambiente di laboratorio in ambito immunologico (colture linfocitarie, preparazione di terreni di coltura, conta di globuli in camera di Burker, utilizzo del citofluorimetro) e microbiologico (colture di cellule batteriche, semina per inclusione, spolamento, doppio strato, conta vitale e totale di cellule batteriche su piastre di Petri, diluizioni seriali, preparazione di terreni di coltura massimi e minimi, controllo di tamponi di acque e superfici, riconoscimento di diversi ceppi in base alle caratteristiche morfologiche delle colture su piastre Petri, preparazione di vetrini e colorazione di Gram) ottenuta grazie alle attività di tirocinio previste durante il percorso di studi svolto.

APPARTENENZA A ORDINI/ALBI

Appartenenza a Ordini/Albi

Iscritto all'albo dei Biologi, matricola AA_070104.

CERTIFICAZIONI

Certificazioni

Certificato di "Esperto in Nutrizione Sportiva" conseguito presso la Scuola di Alta Formazione SANIS in Nutrizione ed Integrazione nello Sport (2016-2017).

Il percorso ha lo scopo di formare figure professionali idonee a operare come esperti nutrizionali in ambito sportivo.

Competenze acquisite:

- Indirizzare soggetti di tutte le età a una corretta alimentazione correlata allo svolgimento dell'attività fisica praticata.
- Indirizzare atleti d'élite a una corretta alimentazione durante le fasi di allenamento e durante le fasi che precedono e seguono la prestazione.

CORSI

Corsi

- "Alimentazione consapevole e sana Nutrizione: i casi clinici" (11/09/2015) conseguito da A.C.S.I.A.N..
- "Sport e Alimentazione: Le strategie Nutrizionali per gli sportivi amatoriali e d'élite" (13/04/2016) conseguito da ECM Campus.
- "Rilevamento dei consumi alimentari nazionali con metodiche armonizzate secondo le linee guida dell'European Food Safety Authority - popolazione 10-74 anni: aspetti teorici e pratici, attività sul campo e significato in sanità pubblica" (26/06/2018) realizzato da CREA, Istituto Superiore di Sanità e Ministero della Salute.

PATENTE

Patente

A, B

TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI

Trattamento dei 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".

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".