



Maila Mele

Date of birth: 25/05/1994 | Nationality: Italian | Phone: (+39) 3467399135 (Mobile) |
Email address: mele.m2505@gmail.com, mailamelenutrizionista@gmail.com,
mailamele@postecert.it | Address: Via Luigi guercio, 58, 84134, Salerno, Italy (Home)

About me

Numero di riferimento iscrizione Albo dei Biologi della Campania e del Molise: AA_100446

Matricola iscrizione ENPAB n. 236645

Codice Fiscale MLEMLA94E65A717M

Work experience

Docente di Scienze Motorie, Scienze naturali, chimiche e biologiche e di Sostegno | MIUR | 30/11/2019 - Current
| Salerno, Italy

-Attività d'insegnamento in qualità di docente in Scienze Motorie(A-48), Scienze naturali, chimiche e biologiche(A-50) e di Sostegno in base alle graduatorie provinciali di supplenza(GPS) e alle graduatorie d'istituto(GI).

-Organizzazione di materiale didattico e strutturazione delle lezioni per alunni delle scuole secondarie di primo e seconda grado.

-Supporto didattico e comportamentale per alunni con disabilità con particolare attenzione all'attuazione di strategie finalizzate ad ottimizzare l'apprendimento in base alle caratteristiche individuali dell'alunno.

-Introduzione all'anatomia e alla fisiologia umana ed esplorazione dei vari sport.

Biologa Nutrizionista - Contratto di collaborazione libero professionale | Serenis Health S.r.l. | 10/02/2025 - Current
| Viale Abruzzi, 69, 20131 Milano(MI), Italy

-Analisi della composizione corporea: valutazione BMI, FFM, FM, BCMI, BAI, TDEE e BMR tramite raccolta manuale da remoto dei parametri antropometrici.

-Applicazione dei protocolli di valutazione nutrizionali in Telemedicina

-Valutazione delle abitudini alimentari: attraverso questionari e colloqui individuali, indagando le abitudini alimentari del paziente per identificarne i punti critici.

-Elaborazione di piani alimentari personalizzati: creare programmi alimentari su misura che tengono conto delle esigenze individuali, degli obiettivi di salute e delle preferenze alimentari e della presenza di eventuali condizioni patologiche che necessitano di una strutturazione clinica del piano alimentare (pazienti oncologici, diabetici, con nefropatia ecc...).

-Educazione alimentare: fornire al paziente le informazioni e gli strumenti necessari per migliorare la propria consapevolezza alimentare e adottare uno stile di vita sano.

-Supporto per il raggiungimento degli obiettivi: accompagnare il paziente nel percorso di cambiamento, fornendo supporto e motivazione.

-Check-up periodico dello stato individuale con definizione dei progressi e delle modifiche da apportare.

Biologo Nutrizionista - Attività libero professionale | Poliambulatorio specialistico My Doctor -
<https://www.mydoctoritalia.com/> | 01/02/2024 - Current | Piazza della Concordia, 29 (Salerno), Italy

-Analisi della composizione corporea: valutazione BMI, FFM, FM, BCMI, idratazione e altri parametri per ottenere un quadro completo dello stato di salute del paziente tramite analisi con Bioimpedenziometro BIA 101 BIVA Pro Akern, Plicometria e raccolta manuale parametri antropometrici.

-Valutazione delle abitudini alimentari: attraverso questionari e colloqui individuali, indagando le abitudini alimentari del paziente per identificarne i punti critici.

-Elaborazione di piani alimentari personalizzati: creare programmi alimentari su misura che tengono conto delle

esigenze individuali, degli obiettivi di salute e delle preferenze alimentari e della presenza di eventuali condizioni patologiche che necessitino di una strutturazione clinica del piano alimentare (pazienti oncologici, diabetici, con nefropatia ecc...).

-Educazione alimentare: fornire al paziente le informazioni e gli strumenti necessari per migliorare la propria consapevolezza alimentare e adottare uno stile di vita sano.

-Supporto per il raggiungimento degli obiettivi: accompagnare il paziente nel percorso di cambiamento, fornendo supporto e motivazione.

-Check-up periodico dello stato individuale con definizione dei progressi e delle modifiche da apportare.

Tirocinio e Stage Biologo Nutrizionista | Marco Manna - Biologo Nutrizionista | 30/01/2023 - 30/06/2023 | Via Alessandro Pertini 15, Quadrivio, Italy

-Assistenza al biologo nutrizionista nella valutazione dello stato nutrizionale dei pazienti: raccolta di dati clinici tramite bioimpedenziometria e plicometria, misurazione dei parametri antropometrici, somministrazione di questionari e scale di valutazione.

-Formulazione di piani alimentari personalizzati per pazienti con diverse patologie: obesità, sovrappeso, diabete, malattie cardiovascolari, ecc.

-Educazione alimentare e promozione della salute: conduzione di corsi di educazione alimentare per pazienti, personale sanitario e popolazione generale.

Website: <https://www.miodottore.it/marco-manna/nutrizionista/quadrivio>

Personal Trainer & Preparatore Atletico | Mythos Body Club; Dedalo Playspot | 01/01/2019 - Current | Salerno, Italy

-Visite d'inquadramento individuali con definizione della composizione corporea, metabolismo basale e totale (MB, NEAT, EAT) e misure antropometriche.

-Esami di bioimpedenziometria, plicometria e rilevazione delle misure antropometriche.

-Strutturazione programmi d'allenamento personalizzati a seconda dell'obiettivo (ipertrofia, calo ponderale, fitness, performance specifiche).

-Check-up periodico dello stato individuale con definizione dei progressi e delle modifiche da apportare.

-Preparazione atletica finalizzata al superamento di concorsi pubblici (es. Forze dell'ordine, Vigili del fuoco ecc.).

-Preparazione atletica complementare per sport agonistici e amatoriali.

-Allenamento funzionale e Calisthenics.

-Ginnastica posturale e riabilitativa, mobilità articolare, allenamento isometrico e dell'equilibrio con focus su recupero da infortuni post-intervento e post-fisioterapia e su categorie a rischio (anziani, donne in gravidanza).

Education & Training

Percorso abilitante per docenti 30 cfu ex art.13 CDC A49 | Università eCampus | 05/09/2025 - Current | Napoli, Italy

TFA Percorso di Specializzazione per le Attività di Sostegno - IX Ciclo | Università degli Studi di Salerno | 01/09/2024 - 18/06/2025 | Salerno, Italy

Final grade: 30/30 | **Address:** Tirocinio formativo con Tutor Prof. Daniela di Feo presso l'IC Calcedonia/San Tommaso d'Aquino Plesso "Luigi Buonocore"

Iscrizione all'Albo dei Biologi della Campania e del Molise - AA_100446 | Ordine dei Biologi della Campania e del Molise | 17/01/2024 - Current

Abilitazione all'esercizio della la professione di Biologo sezione A | Università degli studi del Sannio | 26/11/2023 - 26/11/2023 | Benevento, Italy

Abilitato alla professione di Biologo sezione A, con regolare superamento dell'esame di stato per biologi. Competenze in biologia generale, biotecnologie e scienze della salute. In particolare nutrizione umana.

Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana (LM-61) | Università San Raffaele di Roma | 01/09/2021 - 22/11/2023 | Roma, Italy

La Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana sta ampliando le competenze precedentemente acquisite

nelle scienze motorie, valutazione motorio-sportiva, analisi sportiva e progettazione di programmi sportivi inclusivi. Questo percorso mi consente di approfondire la comprensione dell'alimentazione e della nutrizione, contribuendo a una prospettiva interdisciplinare nella promozione del benessere fisico e mentale. Rappresenta un passo ulteriore nella mia preparazione per una carriera dedicata alla salute e al benessere attraverso una prospettiva olistica.

Final grade: 107/110

Corso singolo 24 CFU | Università degli Studi di Salerno | 15/10/2019 - 04/05/2020 | Salerno, Italy

Final grade: 110/110

Laurea Magistrale in Scienze della valutazione motorio-sportiva e Tecnico d'analisi e Progettazione dello Sport per Disabili (LM-68) | Università degli studi di Salerno | 01/09/2018 - 01/07/2020 | Fisciano, Italy

La mia formazione universitaria ha approfondito le competenze nelle scienze motorie, valutazione motorio-sportiva, analisi sportiva e progettazione di programmi sportivi per persone con disabilità. Questa preparazione ha potenziato sia le abilità teoriche che pratiche, permettendomi di applicare con successo i principi relativi alla valutazione delle attività motorie, all'analisi sportiva e alla progettazione di programmi inclusivi. Queste competenze sono risultate fondamentali nella mia carriera e nell'ambito dell'inclusione nello sport e nella promozione della salute.

Final grade: 110 con Lode

Laurea Triennale in Scienze delle attività Motorie, Sportive e dell'educazione Psicomotoria (L-22) | Università degli studi di Salerno | 01/09/2015 - 01/07/2018 | Fisciano, Italy

La mia formazione universitaria ha arricchito le mie competenze nell'ambito delle scienze motorie, sportive e dell'educazione psicomotoria. Attraverso questo percorso, ho acquisito una solida base di conoscenze nelle discipline pertinenti, consentendomi di comprendere e applicare i principi legati all'attività fisica, all'educazione e alla promozione della salute. Inoltre, ho sviluppato competenze pratiche e teoriche che mi hanno permesso di migliorare la mia capacità di pianificazione, organizzazione e insegnamento in contesti sportivi ed educativi, dimostrandosi fondamentali nella mia carriera e nell'ambito della promozione della salute fisica e mentale.

Final grade: 108/110

Diploma Liceo Classico | Liceo Statale F. De Sanctis | 01/09/2008 - 01/07/2013 | Salerno, Italy

Il mio percorso al liceo classico ha potenziato le mie competenze nelle discipline umanistiche, come filosofia, storia, letteratura e lingue classiche. Questo ha migliorato la mia capacità analitica, di ricerca e di scrittura, nonché il pensiero critico e la risoluzione dei problemi, abilità essenziali in ambito accademico e professionale.

Final grade: 80/100

Corso di perfezionamento in metodologia CLIL | Università eCampus | 31/05/2024 - 31/05/2024 | Italy

Level in EQF 5

Level C2 English Course in ESOL International (C2 CEFR) | British Institutes | 05/08/2020 | Napoli, Italy

Final grade: 82/100 | National classification: Registered Certificate n°27765

Corso di lingua Francese livello B2 QCER | Centro Linguistico di ateneo della Scuola superiore di mediazione linguistica di Frascati | 14/05/2024 | Salerno, Italy

Final grade: 67/100 | National classification: Registro attestati prot. nr. 2193/15.05.2024

Language Skills

Mother tongue(s): **Italiano**

	Understanding		Speaking		Writing
	Listening	Reading	Spoken production	Spoken interaction	
French	B2	B2	B2	B2	B2
English	C1	C1	C1	C1	C1

Skills

Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc) | Posta elettronica | Motion Capture System | Bioimpedenziometria | Elettromiografia di superficie | Dispositivi di laboratorio (Pedana di forza, sistema

optoelettronico, etc.)

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".