

## Dottoressa Valentina Guttadauro

Licenza Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana  
Facoltà di Medicina e Chirurgia, Università degli Studi di Firenze  
DOTTORI IN FARMACIA SPECIALIZZAZIONE FARMACIA OSPEDALIERA



### VALENTINA GUTTADAURO

Nata a tradate (Va) il 17/01/1973

Residente a Firenze in [REDACTED] Firenze Cell

[REDACTED] mail [dottoressaguttadauro@gmail.com](mailto:dottoressaguttadauro@gmail.com)

sito [www.valentinaguttadauro.it](http://www.valentinaguttadauro.it)

social facebook linkedin Instagram valeguttaduronutrizionista

canale you tube Valentina Guttadauro Nutrizionista

### TITOLI ACCADEMICI

Abilitata alla professione di **Biologo nutrizionista** presso l'Università degli Studi di Firenze.

Iscritta all'Albo dei Biologi Nutrizionisti n.Tou , sez. A 2283

Dott.ssa valentina guttaduro

Ho collaborato con la squadra di Rugby I medicei Firenze serie A

Ho scritto articoli per vari giornali locali , tra cui la Nazione di Firenze e nazionali come Vero Salute, Settimanale F e testate sul web.

Sono stata Responsabile Sixtus Italia settore Nutrizione nello sport 2017 per il progetto Six for Fit,

**Ospite** in varie trasmissioni televisive nazionali come Rai Uno a “ Buono a sapersi” 6 puntate Conduttrice Elisa Isoardi , La prova del cuoco 6 puntate, Casa Italia conduttrice Roberta Ammendola Rai Italia, Uno mattina dal 2018 ad oggi e UnoMattina Estate e trasmissioni locali tra cui Rai tre regionale e altre come RTV 38 , Tcleiride, TVL, Platinum canale 77, Toscana TV, canale 50.

**Relatore** in congressi nazionali e internazionali come InPharma Barcellona 2016.

**Autrice di 5 libri :** Mangia bene che ti passa 2011 A tavola con la Nutrizionista 2013 A tavola con Rigore 2015 Alimental Strategy – Nutri il cervello e raggiungi l’ eccellenza 2016. A Tavola senza Colesterolo 2021

Ideatrice e interprete di uno spettacolo teatrale dal titolo “**Mamma ho perso una taglia” in scena dal 2017 ad oggi.**

Conduttrice Radiofonica su Lady Radio con “MelaMangio” e Radio Blu, emittenti locali.

Programma Radiofonico **A tavola con La Nutrizionista** Lady Radio Firenze

## **2025**

Docenza al 5 anno facoltà di farmacia Siena “Seminario su Nutraceutica fisiologica e alimenti funzionali

Ospite Rai Uno”Uno Mattina”

Speaker Eventi social medical Meeting Firenze

Progetto di educazione Alimentare Scuola Calcio Rondinella Marzocco Ponte a greve Firenze

Progetto Nutrizionale Serie D maschile Rondinella Marzocco Ponte a greve Firenze

Dottoresse valentina guttadauro

- Rai 3 regionale Toscana 12 appuntamenti

## 2021

-Docenza PRM Academy Desenzano del Garda Low dose cronic inflammation

\_ Docenza Mithocon webinar Stress ossidativo

-Docenza CNM webinar Alimentazione nella finestra preclinica del declino cognitivo comportamentale

-Docenza Guna webinar Aa nello sport

-Docenza Guna Webinar Aging , Beauty e controllo del peso

Webinar 25 .03 2021 Federazione Nutrizionisti Nutriprof “ Difendersi dalla Sarcopenia: Consigli tra Integrazione e Nutrizione

Docenza 3 anno Scuola di Psicoterapia Cognitiva Comportamentale

## 2020

Relatore Academy of Prm Piacenza , Bologna La Nutraceutica Fisiologica e il microbioma.

Relatore webinar “ Sovrappeso, Sarcopenia, ipercolesterolemia : Tre nemici reversibili.

Relatore webinar:Nutraceutica Fisiologica e Integrazione Nutrizionale come strategia antiaging

## 2019

Impara l'arte associazione “ La dieta Mediterranea” 13 dicembre 2019 AUTUMNIA Show cooking Figline v.no novembre 2019

Relatore corso ecm per Farmacisti Siena “ Disfendersi dalla Sarcopenia:consigli al pubblico tra integrazione e Nutrizione” ottobre 2019

Spettacolo teatrale Mamma ho perso una Taglia Firenze Febbraio 2019 / Dicembre Evento Slowfood Firenze Olio EV0 Maggio e Novembre 2019

Relatore Guna Evento per Farmacisti “ Sovrappeso, Sarcopenia e Ipercolesterolemia: tre nemici reversibili” Maggio 2019 Firenze 2018

Evento Alimetal Strategy nutri la mente e raggiungi l'eccellenza Showcooking

## **EDITORIA**

**2011** Ha curato la rubrica “Non solo Cibo” Giornale Metropoli Firenze

**2012** Autrice “Mangia bene che ti passa”- Ed. Sassocrutto

**2014** Autrice “A tavola con la nutrizionista”

**2014** Scrive per la rivista on line “La terrazza di Michelangelo” Firenze

- Ha scritto per la rivista “**Florence is you**” Firenze Direttore Anna Balzani

Premiazione premio letterario **Giubbe rosse Maggio 2014** Firenze

**2015** Autrice di “Mangia con rigore” Salvini editore **2016** Autrice di “**ALI-**

**MENTAL STRATEGY-Nutri il cervello e raggiungi l'eccellenza**” Aska  
editore

## **Articoli scritti per riviste**

**2016**

La Nazione di Firenze La pagina della salute

Collaborazione con la rivista VERO IN CUCINA

Dossier Menopausa Periodico Vero salute mese febbraio Direttrice Laura Valle

Dossier Dopo le feste Periodico Vero salute mese Gennaio

2015 Dossier Alimentazione feste natalizie Periodico Mese Dicembre Vero Salute

2014 Reporter” Alimentazione e il caldo”

2013 Danza in fiera

## **Radio**

2017-2018 Radio Blu

2014-2015 Conduce la trasmissione radiofonica “MELA MANGIO”su Ladyradio  
Firenze

2011 Rubrica radiofonica su Ladyradio Firenze “Mangia bene che ti passa”

Dottoressa valentina guttaduro

Novembre Risk in sanità Relatore Alimentazione dello sportivo Arezzo

“Sai sempre cosa Mangi?” Clinica del sale Firenze

## **2014**

Relatore Alimental Strategy Artimino -Po AIDA Associazione nazionale Igieniste dentali

Relatore corso ecm “La prevenzione nei luoghi di lavoro” Lagundo -BZ

Relatore Pianeta Uomo promosso dalla SIU- Firenze

Relatore Alimentazione anti age per serata Nutrilite

Partecipazione a GenioGioco “ I Giovani e lo sport” Vinci ( Fi)

Presentazione Libro “ Manifestazione Itinera” Frantoio do Cerbaia”

**“A SCUOLA DI CIBO”** è il suo corso di educazione alimentare dove insegna a grandi e piccini come coniugare nutrimento e gusto rimanendo in forma .

Corsi effettuati presso le seguenti strutture:

- “Fiorentina Primavera”

- Liceo scientifico Rodolico - Firenze

Asilo nido e Scuola Materna il Koala – Firenze

Asilo Nido Lo Scoiattolo- Firenze

Asilo Nido PlayGroup- Firenze

Scuola materna “ Daddi” Firenze

Scuola elementare “ Niccolini” Firenze

Scuola elementare “ Anna Frank” Firenze

Scuola media “ Ghiberti” Firenze

Corso di educazione alimentare per personal trainer

Corso di educazione alimentare per gestanti

Clinica del sale “ Alimentazione per grandi e piccini” Firenze

## **SHOW COOKING**

## **INSEGNAMENTO UNIVERSITARIO**

**Docente a contratto di “Genetica medica” a.a.2003-2004 Laurea triennale in Podologia Universita’ degli studi di Firenze Facoltà di Medicina e Chirurgia**

## **PUBLICAZIONI**

Pubblicazione sulla rivista **RAGUFARM, n.68 anno XII** : “Disciplina giuridica del medicinale guasto o imprecetto, trattata nella tesi di specializzazione.(2002)

Pubblicazione sulla rivista **RAGUFARM n.77 anno XIII**: L'erogazione diretta dei farmaci nell'esperienza dell'azienda sanitaria di Prato”.(2003)