

## Curriculum Vitae Stefania Ruggeri

### INFORMAZIONI PERSONALI

### Stefania Ruggeri



✉ stefania.ruggeri@crea.gov.it  
🌐 www.stefaniaruggeri.it

### POSIZIONI ATTUALMENTE RICOPERTE

- Dal 1° maggio 2026 ad oggi **Direttrice Centro di ricerca CREA- Alimenti e Nutrizione**  
CREA - Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione, Via Ardeatina 546 00178 Roma.
- Dal 29 novembre 2024 **Coordinatrice scientifica e ideatrice della Piattaforma di Ricerca “Italian Food Design”**  
(<https://italianfoodesign.crea.gov.it/>)  
CREA - Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione, Via Ardeatina 546 00178 Roma.
- Dal 1° gennaio 2023 **Professoressa Incaricata di “Food Design and Packaging per la Circular Economy”, AGRI 15**  
Università Sapienza di Roma  
Corso di Laurea Magistrale in “Management delle Scienze Gastronomiche per il Benessere”

### ESPERIENZA PROFESSIONALE (rilevante)

- Da novembre 2024 ad oggi **Coordinatrice scientifica e ideatrice dell’Hub CREA- AN “Sustainable Food Design”**  
CREA - Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione, Via Ardeatina 546 00178 Roma.
- Dal 1° gennaio 2022 al 30 aprile 2026 **Prima Ricercatrice Centro di ricerca CREA- Alimenti e Nutrizione**  
CREA - Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione, Via Ardeatina 546 00178 Roma.
- Da settembre 2025 a maggio 2026 **Professoressa a contratto “Food Design” AGRI 15**  
Facoltà Dipartimentale di Scienze e Bio-Tecnologie, Università Campus Bio-Medico di Roma  
Corso di Laurea Magistrale in “Food Design per le Scienze e le Tecnologie Alimentari”
- Da gennaio 2014 a dicembre 2025 **Professoressa Incaricata di “Tecnologie Alimentari” AGRI 15**  
Facoltà di Medicina dell’Università di Roma “Tor Vergata”  
Corso di Laurea Magistrale in “Scienze della Nutrizione Umana”
- Da gennaio 2014 a dicembre 2025 **Professoressa Incaricata di “Comunicazione in Nutrizione” MED 10**  
Facoltà di Medicina dell’Università di Roma “Tor Vergata”  
Corso di Laurea Magistrale in “Scienze della Nutrizione Umana”
- Da gennaio 2017 **Professoressa Incaricata di “Food Design” AGRI 15**  
Facoltà di Medicina dell’Università di Roma “Tor Vergata”

- a dicembre 2025 Corso di Laurea Magistrale in “Scienze della Nutrizione Umana”
- Da gennaio 2020 a dicembre 2024 **Attività di giornalismo scientifico**  
Scrittura di articoli a carattere scientifico-divulgativo “Ciboteca Italiana”  
Agronotizie SRL
- Da dicembre 2017 a dicembre 2018 **Esperienza professionale di Pratica Clinica in Nutrizione**  
Studio Medico Kirone, Lungotevere Portuense 170, Roma  
Nel periodo di part time al 50% al CREA-AN
- Da dicembre 1998 a dicembre 2021 **Ricercatrice II livello professionale a tempo indeterminato**  
Ex - INRAN (Istituto Nazionale di Ricerca Alimenti e Nutrizione) poi CRA-NUT e poi CREA – Alimenti e Nutrizione), Roma.
- Da gennaio 2016 ad agosto 2016 **Consulente scientifico**  
MSL Italia (Società di comunicazione scientifica) di Procter & Gamble, S.p.A.  
Redazione di un rapporto tecnico scientifico per il corretto uso degli integratori alimentari
- Da gennaio 2012 a maggio 2012 **Consulente scientifico**  
International Centre on Birth Defects and Prematurity” (ICBD), centro di coordinamento dell’International Clearing House  
Ideazione e organizzazione della campagna di comunicazione: “Mese della Prevenzione dei difetti congeniti e della Prematurità”, ([www.primadellagravidanza.it](http://www.primadellagravidanza.it)).
- Da gennaio 2010 a dicembre 2010 **Consulente scientifico**  
Ministero della Salute  
Ideazione e la costruzione dei contenuti e della comunicazione della campagna “Pensiamoci Prima” nell’ambito del progetto CCM Ministero della Salute: “Implementazione di strategie utili a favorire l’assunzione ottimale di acido folico nelle donne in età fertile e nella popolazione in generale “.

## ISTRUZIONE

---

- 2009 **Master di I livello in Comunicazione della Scienza e Giornalismo Scientifico: “Le Scienze della vita nel giornalismo nei rapporti politico-istituzionali”** (A.A. 2008 -2009)  
Università “Sapienza”, Roma
- 2007 **Dottorato di ricerca in Biotecnologia degli Alimenti** (A.A. 2004- 2006)  
DISTAAM. Università degli Studi del Molise - Campobasso.
- novembre 1990 **Laurea in Scienze Biologiche (110/110 e lode) – vecchio ordinamento**  
Università degli Studi di Roma, Tor Vergata

## FORMAZIONE PERSONALE

*(credo nel “lifelong learning”)*

---

- Da marzo a luglio 2025 **Corso di scrittura creativa “Scrivere di sé”**  
Scuola Holden, Torino
- Da dicembre 2024 a febbraio 2025 **Corso di scrittura creativa “Ri-creazione”**  
Scuola Holden, Torino
- Da ottobre a dicembre 2023 **Corso di Francese**  
Institut Français Centre Saint Louis, Roma

Da luglio  
ad agosto 2023 **Corso di Francese**  
Alliance Français Aix-Marseille Provence, Marsiglia, Francia

Luglio 2015 **Corso di tre settimane di “Digital Communication”**  
Tufts University of Boston (USA)

Da settembre 1997  
a ottobre 1997 **Corso di formazione in “Applied Nutrition and Dietetics”**  
Nutrition, Diet and Health Department of the Institute of Food Research, Norwich, UK.

**CONOSCENZE  
LINGUISTICHE** 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
Francese	A1/A2	A1/A2	A1/A2	A1/A2	A1/A2

## COMPETENZE PERSONALI

**ATTIVITA' DI RICERCA** La mia attività di ricerca inizia nel 1990 all'Istituto Nazionale della Nutrizione di Roma con studi sulla qualità e proprietà nutrizionali degli alimenti principalmente alimenti di origine vegetale, attraverso l'uso di metodologie ufficiali e con la messa a punto nuove metodologie HPLC e metodi microbiologici per la determinazione di composti vitaminici e di composti bioattivi e della microscopia elettronica a scansione. In questi anni di attività ho portato avanti anche ricerche nell'ambito delle tecnologie alimentari per lo sviluppo di nuovi prodotti ad elevato valore nutrizionale. Nel 1996 la mia attività di ricerca sulle proprietà nutrizionali degli alimenti si concentra sulla messa a punto di nuove metodologie per la determinazione dei folati, vitamine importanti per la salute materno-infantile e per la prevenzione delle malattie cardiovascolari e neurodegenerative. Durante questo periodo ho vinto una borsa di studio presso dell'Institute of Food Research, Norwich UK per condurre studi per la messa a punto di metodologie HPLC per la determinazione dei folati negli alimenti mi sono anche specializzata in Nutrizione Applicata e ho iniziato a collaborare con un gruppo di ricercatori dell'Istituto Superiore di Sanità in progetti di ricerca nazionali e internazionali, nell'ambito dei quali ho condotto studi in campo nutrizionale, principalmente sul legame tra alimentazione e assunzione di folati/acido folico, dieta mediterranea, salute in gravidanza e in epoca preconcezionale. Ho condotto studi sull'aderenza alla Dieta Mediterranea e stili di vita in donne in gravidanza e preconcezionale, sullo stato di nutrizione in folati e sull'uso di supplementi vitaminici nelle donne in età fertile, e negli ultimi anni ho condotto studi sulle abitudini alimentari dei bambini italiani, attualmente conduco uno studio sui bambini del Cilento. Queste attività di ricerca sono state condotte all'interno di numerosi progetti di ricerca nazionali ed internazionali, di cui sono stata o coordinatrice, responsabile di work package, di unità operative o partecipante. Parallelamente alle mie ricerche in ambito nutrizionale, affiancate sempre da una continua formazione personale, ho continuato a condurre studi sulla qualità degli alimenti, in relazione anche agli aspetti tecnologici, rafforzando il mio expertise nel campo degli alimenti e della nutrizione. Questo approccio transdisciplinare mi ha consentito di portare avanti le mie ricerche con una visione più ampia

e integrata, unendo due pilastri importanti: la ricerca in nutrizione per la salute dei cittadini e la conoscenza dei prodotti alimentari e loro della qualità. Negli ultimi cinque anni la mia attività di ricerca ha abbracciato le tematiche della sostenibilità alimentare, nell'ambito di progetti di ricerca da me coordinati e con la partecipazione a tavoli di lavoro nazionali. Dal 2017 ho iniziato a interessarmi del *Food Design*, un modo nuovo di progettare il cibo, che può essere applicato anche ai sistemi agroalimentari e ho ideato e fondato nel 2021 nel mio centro di ricerca CREA-AN, l'hub "*Sustainable Food Design*" che ha condotto attività di *networking* con università e altre istituzioni. Quest'hub è evoluta nella Piattaforma di ricerca "*Italian Food Design*", che ho ideato e fondato al CREA-AN nel 2024, che utilizza la metodologia del *Design Thinking* per la costruzione dei progetti di ricerca a cui affluiscono diversi laboratori tematici e collaborazioni con Università, istituzioni e piccole e medie imprese del nostro agroalimentare. Questa piattaforma di ricerca ha come suoi obiettivi: il design di nuovi prodotti i nutraceutici, non ultraprocessati in linea con la nostra cultura alimentare mediterranea, il miglioramento della qualità e sostenibilità delle produzioni delle piccole e medie imprese dell'agroalimentare italiano, la promozione della Dieta Mediterranea con studi sull'aderenza in diverse fasce di popolazione. Negli ultimi due anni in due progetti finanziati dal partenariato ONFOODS nell'ambito del PNRR, l'attività della piattaforma si è estesa alla "*Italian Nutrition Design*", nuovi modelli nutrizionali basati sulla nostra Dieta Mediterranea e sulla nostra cultura gastronomica per specifici target di popolazione.

DIREZIONE DI  
STRUTTURE,  
COORDINAMENTO E  
LEADERSHIP

Durante il mio percorso lavorativo ho sviluppato competenze eccellenti nel coordinamento di progetti e ho avuto ottimi risultati nei progetti di cui sono stata leader: credo nel lavoro di squadra, nell'ascolto dei colleghi e nella necessità di creare rapporti leali. Nel coordinamento dei progetti mi assumo a pieno le responsabilità con passione, entusiasmo e dedizione; con il mio gruppo di ricerca dell'*Italian Food Design* a cui afferiscono dodici ricercatrici e ricercatori e sei collaboratori tecnici di ricerca, organizzo giornate fuori dal CREA per fare "*team building*".

Da circa 20 anni coordino work package, unità operative e progetti di progetti strategici del MASAF, del Ministero della Salute, della Regione Lazio, con coordinamenti anche di progetti finanziati da aziende internazionali, gestendo anche gli aspetti tecnico-amministrativi. Sono stata coordinatrice e responsabile scientifico di progetti di ricerca e di progetti di comunicazione istituzionale a cui afferivano diverse unità operative composte da personale tecnico, ricercatori e medici di istituti di ricerca, produttori, aziende ospedaliere e responsabile di gruppi di lavoro. Per la stesura del Dossier scientifico delle Linee Guida per una Sana Alimentazione del CREA-AN ho coordinato un gruppo di lavoro composto da 27 persone tra medici e ricercatori per la revisione del Capitolo 2 "Consigli Speciali" dell'edizione 2108, gruppo che ha lavorato per più di quattro anni (visibile sul sito CREA) Nel 2016-2017 ho coordinato il Gruppo di Ricerca GdR 3.3 Nutrizione e stili di vita in età fertile, in gravidanza e in età evolutiva: "*a life-course approach*" del CREA-AN per la riduzione del sovrappeso e dell'obesità e delle patologie congenite, con la collega Laura Censi, con la quale abbiamo cercato di favorire l'unione tra i componenti che provenivano da esperienze lavorative diverse. Dal 2021 coordino l'hub CREA-AN: "*Sustainable Food Design*" che è poi evoluta nella piattaforma di ricerca CREA-AN "*Italian Food Design*" a cui afferiscono molti ricercatori del CREA, molte istituzioni e università italiane. Tutte queste attività mi hanno permesso di migliorare sempre di più le mie capacità di *leadership*, di ascolto e confronto anche in ambienti multiculturali, di istaurare con i colleghi del CREA e con referenti di istituzioni italiane e straniere rapporti di rispetto e fiducia reciproci e di migliorare le mie capacità organizzative e gestionali, per arrivare a finalizzare insieme con spirito di gruppo i risultati previsti nei progetti.

DOCUMENTI DI POLICY  
ATTIVITÀ  
ISTITUZIONALE  
E INCARICHI DI  
RAPPRESENTANZA  
ISTITUZIONALE

Nei primi anni della mia attività ho partecipato alla redazione di documenti istituzionali e di documenti di *policy* italiani ed internazionali coordinati dall'Istituto Superiore della Sanità. Dal 2014 coordino il gruppo di lavoro per la sezione "Consigli Speciali" delle Linee Guida per una Sana Alimentazione CREA-AN. Dal 2014 sono componente del gruppo di lavoro per la redazione del capitolo sulle Vitamine Idrosolubili dell'edizione dei Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti per la popolazione italiana, documento di base per dietisti, nutrizionisti e policy nazionali, nelle due edizioni: LARN, ed. 2014, e LARN, ed. 2024. Coordino il progetto istituzionale del CREA "Enciclopedia della Cucina Italiana"

Ho rappresentato il CREA e l'ex-INRAN, in workshop istituzionali ed eventi di importanza strategica, in tavoli di lavoro nazionali ed in eventi nazionali ed internazionali. Rappresentanza istituzionale (incarichi più rilevanti):

Rappresentante CREA nell'evento "A New Pact Between Producers and Consumers" -Organizzato da Eat Europe. 3 December 2025. European Parliament. Bruxelles.

Incarico di rappresentanza del CREA a Bruxelles 5 luglio 2024 nel Workshop "Shaping consumers' food choices" organizzato dal "State Secretary for Food Industry and Trade Policy" del Ministero dell'Agricoltura Ungherese, con la relazione dal titolo: *Fewer Consumers, More Citizens The Italian FOPNL Proposal For a Healthier EUROPE*".

Incarico rappresentanza del CREA nel Comitato Tecnico Scientifico della "Second International Conference for Researchers, Policy Makers and Practitioners "Innovations and Traditions for Sustainability" Conferenza FAO – MASAF 18-21 February 2025, Rome.

Incarico di supporto mediatico-scientifico del CREA nell'ambito dell'evento "Olio nello spazio" nel Villaggio Coldiretti a Cosenza, 9/03/ 2023.

Incarico di rappresentanza del CREA nell'evento del 16 novembre 2023 organizzato nell'ambito dell'VIII Settimana della Cucina Italiana nel Mondo, presso l'Ambasciata d'Italia a Bruxelles, con la lecture "*Enciclopedia della Cucina Italiana: the Italian way of life*".

Incarico di rappresentanza del CREA presso l'Università Sultan Qaboos di Mascate, con la lecture "*Women nutrition and lifestyle in the preconception period and during pregnancy*" nell'ambito delle iniziative promosse dall'Ambasciata d'Italia a Mascate, Oman in occasione della Settimana della Cucina Italiana, 4 dicembre 2022.

Incarico di rappresentanza dell'INRAN per il Simposio "System for the Safe production of Agri-Foods for the 2008 Olympic Game" nell'ambito del "Beijing Academic Exchange Month for Science & Technology". Pechino 15-20 settembre 2005.

IDENTIFICATIVI E  
INDICATORI  
BIBLIOMETRICI  
GUEST EDITOR  
/EDITORIAL BOARD

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0032-7567>

Scopus Author ID: [7004686988](https://orcid.org/0000-0003-0032-7567)

Ho svolto e svolgo attività editoriale e di referaggio per molte riviste internazionali.

Guest Editor, Editorial Board (*ultimi 5 anni*)

- Componente dell' Editorial Board of International Journal of Clinical Nutrition and Dietetics, ISSN: 2456.
- Guest Editor per lo Special Issue "Functional Mechanism of B-Vitamins and Their Metabolites of International Journal of Molecular (ISSN 1422-0067).
- Guest Editor per lo Special Issue "Adolescent Nutrition and Health" (ISSN 1660-4601)

ATTIVITÀ DI TERZA  
MISSIONE  
DIVULGAZIONE

Voce autorevole nel campo degli alimenti e la nutrizione sono invitata per rappresentare il nostro Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione nella partecipazione a trasmissioni televisive e radiofoniche su reti nazionali e sono intervistata da testate nazionali importanti come

**SCIENTIFICA** Corriere della Sera, Repubblica, Il Fatto quotidiano, anche su tematiche molto rilevanti in campo scientifico e mediatico (es: cibi cellulari, alimenti ultraprocesati, diete iperproteiche). Ho organizzato e partecipato a molti eventi di public engagement in fiere, manifestazione organizzati dal CREA e da altre istituzioni e organizzazioni nazionali, tra cui AgroCamera, Coldiretti, Federbio, Regione Lazio, Rome Future Week, Maker Faire, rivolti alla popolazione generale, agricoltori, operatori del settore agroalimentare e istituzioni scolastiche. Tutte queste mie attività, numerose, sono facilmente rintracciabili sul sito del CREA ([www.crea.gov.it](http://www.crea.gov.it)), sul web e sulla mia pagina personale: [www.stefaniruggeri.it](http://www.stefaniruggeri.it). Per le mie competenze nell'ambito della comunicazione istituzionale, acquisite con un Master e corsi di comunicazione in UK e in USA, ho dato un importante contributo all'ideazione e realizzazione di campagne istituzionali, all'interno di progetti di ricerca e di comunicazione per il Ministero della Salute. Ho collaborato con testate di giornalismo del settore agroalimentare e di divulgazione scientifica, Scienza in Rete (Galileo (2010-2011), con prestigiose riviste di cultura e politica, tra cui Italiani Europei [www.italianieuropei.it](http://www.italianieuropei.it). Ho curato per quattro anni per la testata Agronotizie la rubrica: "Ciboteca Italiana".

Ho pubblicato libri di successo a carattere scientifico-divulgativo per importanti case editrici Italiane: Riccardo Fargione & Stefania Ruggeri "Cibi Falsi" Newton Compton Editori, 2025; Stefania Ruggeri "Mamma che fame: adolescenti e cibo. I consigli e le ricette della nutrizionista" Sonzogno editore (2018); Stefania Ruggeri, Gabriele Rubini "La Nuova Dieta Mediterranea" (Gribaudo, Feltrinelli), edizione 2014- edizione 2015.

#### COMITATI SCIENTIFICI, E TAVOLI TECNICI

Nella mia carriera ho partecipato e partecipo attivamente a numerosi comitati scientifici e tavoli tecnici. Di seguito i ruoli più rilevanti (*ultimi dieci anni*):

- Rappresentante del CREA nel Tavolo: Agroindustria del Ministero delle Imprese e del Made in Italy da maggio 2026.
- Rappresentante del MASAF nel Tavolo Nazionale sulla Sicurezza Nutrizionale (TaNSiN) – Ministero della Salute-2025 ad oggi
- Componente Comitato Tecnico Scientifico della "Second International Conference for Researchers, Policy Makers and Practitioners "Innovations and Traditions for Sustainability" Conferenza FAO – MASAF 18-21 February 2025, Rome.
- Componente Tavolo Nazionale sui Sistemi Alimentari del Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale dal 2023.
- Componente del comitato scientifico dell'Osservatorio sulla Criminalità nell'Agricoltura e sul Sistema Agroalimentare di Coldiretti dal 2015.
- Componente del Comitato scientifico di Indirizzo per Corso di Laurea Magistrale in Scienze dell'Alimentazione e della Nutrizione Umana, Università Campus Biomedico di Roma (dal 2024).

#### CONVEGNI SCIENTIFICI

Invitata in molte conferenze come *Keynote speaker*, ho partecipato ad importanti convegni nazionali e internazionali (circa 60).

#### PUBBLICAZIONI

La mia attività scientifica ha portato alla realizzazione di oltre 160 prodotti di ricerca (articoli su riviste indicizzate, non indicizzate, contributi in volumi e atti di convegni nazionali e internazionali).

#### PREMI SCIENTIFICI e LETTERARI

Premio letterario-scientifico "Filo della Torre Pandolea", 25 maggio 2025.

Premio miglior tesi del Master di I 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).

#### ATTIVITÀ ACCADEMICA E ATTIVITÀ FORMATIVE

Apprezzata per la mia professionalità nel settore delle Chimica e Tecnologie Alimentari, della Scienza della Nutrizione e del *Food Design* e per le mie capacità comunicative ho avuto il conferimento di incarichi di docenza da importanti università italiane, con l'affidamento di corsi di Laurea Magistrale e in corsi Master di I e II livello. Ho svolto attività seminariale nell'ambito di corsi di laurea, dottorati di ricerca e corsi di specializzazione e perfezionamento vari atenei università

**ISCRIZIONE A  
SOCIETÀ SCIENTIFICHE  
E ASSOCIAZIONI**

nazionali, corsi internazionali e sono stata relatrice di numerose tesi di laurea magistrale. Ho svolto attività formative per il CREA in corsi per giornalisti, incontri con studenti e operatori del settore agricolo e sanitario.

Socia della Società di Nutrizione Umana, SINU

Socia dell'Associazione Italiana Scienza e Tecnologie Alimentari, AISTEC

Socia di The Fork Organization.

**NOTE PERSONALI**

Amo cucinare per la mia famiglia e occuparmi della cura delle piante della mia terrazza. Il motto della mia pagina web è *“Nutrire e nutrirsi è un atto d’amore”*, perché credo nel valore del cibo come trasferimento di affettività e sentimenti positivi, oltre ovviamente al suo valore per la nostra salute. Pratico da anni il pilates e quando posso dedico un’ora al giorno all’attività fisica per ritemperare mente e corpo. Il mio ambiente naturale è il mare e dopo aver preso lezioni di deriva alla Lega Navale di Ostia, ora navigo con un Laser.

La sottoscritta Stefania Ruggeri

consapevole delle responsabilità penali cui può andare incontro in caso di dichiarazioni mendaci, ai sensi e per gli effetti di cui all’art. 76 del DPR 445/2000 e sotto la propria responsabilità

DICHIARA ai sensi dell’art. 46 e 47 del DPR 445/2000 il proprio seguente curriculum vitae

10 maggio 2026

In fede

Dott.ssa Stefania Ruggeri

