



Diego Travasso

Educação Física • Fisioterapia • Nutrição • Neurociência da Dor

Nova Friburgo, RJ, Brasil
(+55) 22 99719-0915
prof.diegotravasso@gmail.com
linkedin.com/in/profdiegotravasso
profdiegotravasso.com

PERFIL PROFISSIONAL

Treinador Pessoal com mais de 7 anos de experiência, atendendo mais de 150 alunos ativos por mês e ministrando mais de 60 horas semanais de treinamento. Atua com avaliação física, liberação miofascial e prescrição individualizada baseada em evidências, com foco em Fisiologia do Exercício, Biomecânica e análise de biomarcadores para a otimização da saúde. Com formação complementar em andamento nas áreas de Fisioterapia, Nutrição e Neurociência da Dor, direciona a sua conduta para o exercício corretivo e adaptação funcional de cargas para populações gerais ou com histórico de lesões. Certificado internacionalmente pela Lionel University (EUA/CAN), com titulação reconhecida pelo UK ENIC (Reino Unido) e processo de validação de diploma em andamento em Portugal e Espanha.

FORMAÇÃO ACADÊMICA

Nutrição (em andamento) Jul 2026 – Atual

Unopar – Universidade Norte do Paraná

Fisioterapia (em andamento) Mar 2026 – Atual

Unopar – Universidade Norte do Paraná

Neurociência da Dor – Pós-Graduação (em andamento) Fev 2026 – Atual

Faculdade Unyleya

Especialização Prescrição em Situações Especiais de Saúde e Lesões Jul 2020 – Nov 2021

Faculdade UniBF

- UK ENIC: comparável a Postgraduate Diploma – RQF 7 (Inglaterra/Irl. do Norte) · SCQF 11 (Escócia) · CQFW 7 (Gales)

Especialização em Fisiologia do Exercício Jul 2019 – Jun 2020

Faculdade UniBF

- UK ENIC: comparável a Postgraduate Diploma – RQF 7 (Inglaterra/Irl. do Norte) · SCQF 11 (Escócia) · CQFW 7 (Gales)

Bacharelado em Educação Física Jul 2018 – Set 2019

UNIASSSELVI – Centro Universitário Leonardo da Vinci

- Em processo de validação acadêmica no Instituto Politécnico de Santarém, Portugal
- Solicitação de equivalência protocolada no NARIC Espanha – Jul 2026
- UK ENIC: comparável a Bachelor degree – RQF 6 (Inglaterra/Irl. do Norte) · SCQF 10 (Escócia) · CQFW 6 (Gales)

Licenciatura em Educação Física Jan 2015 – Out 2018

Unopar – Universidade Norte do Paraná

- UK ENIC: comparável a Bachelor degree – RQF 6 (Inglaterra/Irl. do Norte) · SCQF 10 (Escócia) · CQFW 6 (Gales)

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

Personal Trainer Autônomo Set 2019 – Atual

Nova Friburgo, RJ

- Prescrição individualizada com base em evidências científicas
- Prescrição e supervisão de treinos de musculação
- Avaliação físico-funcional e antropométrica
- Protocolos de cineantropometria e prevenção de lesões
- Orientação sobre hábitos alimentares saudáveis
- Consultoria e acompanhamento digital via plataformas e videochamada

Instrutor de Fitness Fev 2020 – Set 2021

YouFit Training – Nova Friburgo, RJ

- Programas de força e condicionamento cardiovascular
- Prescrição e supervisão de treinos de musculação
- Gestão operacional da unidade

Instrutor de Fitness Jun 2019 – Fev 2020

Academia CAF – Nova Friburgo, RJ

- Prescrição e supervisão de treinos de musculação
- Protocolos de cineantropometria e prevenção de lesões

CERTIFICAÇÕES

Nutrition Science Specialist

Lionel University – Jun 2026

Nutrition Coaching Specialist

Lionel University – Jun 2026

Corrective Exercise Lionel University – Jun 2026

Vitality & Blood Biomarker Specialist

Lionel University – Mar 2026

Fitness Sales Specialist

Lionel University – Mar 2026

Certified Personal Trainer (CPT)

Lionel University – Fev 2026

CPR & AED Certified ISSA – Fev 2026

Revisor Técnico Biomecânica & Neurociência

IDIOMAS

Português 

Nativo

Espanhol 

B2 Leitura / B2 Fala

Inglês 

B2 Leitura / B1 Fala

COMPETÊNCIAS

- Prescrição de exercício baseada em evidências
- Avaliação cineantropométrica e análise biomecânica do movimento
- Modulação do treino baseada em biomarcadores e fisiologia do exercício
- Exercício corretivo e transição da reabilitação para o fitness
- Consultoria híbrida e gestão de plataformas digitais de monitorização
- Comunicação técnica e neuroeducação em dor aplicada ao movimento

CONTATO & LINKS

profdiegotravasso.com
@prof.diegotravasso
CREF1/RJ 051691-G/RJ – desde 2019
CNH: A e B