



Diego Travasso

Educació Física • Fisioteràpia • Nutrició • Neurociència del Dolor

PERFIL PROFESSIONAL

Entrenador Personal amb més de 7 anys d'experiència, atenent els més diversos tipus d'alumnes i atletes. Treballa amb avaluació física, alliberament miofascial i prescripció individualitzada basada en evidències, amb un enfocament en Fisiologia de l'Exercici, Biomecànica i prevenció de lesions, cercant salut, longevitat i qualitat de vida. Amb formació complementària en curs en les àrees de Fisioteràpia, Nutrició i Neurociència del Dolor, orienta la seva pràctica cap a l'exercici correctiu i l'adaptació funcional de càrregues per a poblacions generals o amb antecedents de lesions. Certificat internacionalment per la Lionel University (EUA/Canadà), amb equivalència acadèmica reconeguda al Regne Unit (UK ENIC), Irlanda (NARIC Ireland), Espanya (NARIC - Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades) i Portugal (Universitat Politècnica de Santarém). Compta amb registre actiu al CREF1/RJ, és membre certificat de l'EREPS (European Register of Exercise Professionals - Graduate Exercise Professional, EQF Level 6), titular del Títol Professional de Director Tècnic emès per l'IPDJ i membre del COPLEFC.

FORMACIÓ ACADÈMICA

Nutrició (en curs)

Unopar - Universidade Norte do Paraná

Jul 2026 - Actualitat

Fisioteràpia (en curs)

Unopar - Universidade Norte do Paraná

Mar 2026 - Actualitat

Neurociència del Dolor - Postgrau (en curs)

Faculdade Unyleya

Feb 2026 - Actualitat

Especialització en Prescripció de l'Exercici en Situacions Especials de Salut i Lesions

Jul 2020 - Nov 2021

Faculdade UnIBF

- UK ENIC: equivalent a Postgraduate Diploma - RQF 7 (Anglaterra/Irl. del Nord) · SCQF 11 (Escòcia) · CQFW 7 (Gal·les) (ref. 4002483797)
- NARIC Ireland: equivalent a Post-Graduate Diploma - NFQ Level 9

Especialització en Fisiologia de l'Exercici

Faculdade UnIBF

Jul 2019 - Jun 2020

- UK ENIC: equivalent a Postgraduate Diploma - RQF 7 (Anglaterra/Irl. del Nord) · SCQF 11 (Escòcia) · CQFW 7 (Gal·les) (ref. 4002483797)
- NARIC Ireland: equivalent a Post-Graduate Diploma - NFQ Level 9

Grau en Educació Física (Bacharelado)

UNIASSELVI - Centro Universitário Leonardo da Vinci

Jul 2018 - Set 2019

- Reconeixement de nivell conclòs per la Universitat Politècnica de Santarém, Portugal - equivalent a Llicenciat (registre núm. 220260103938, registrat el 17/07/2026)
- UK ENIC: equivalent a Bachelor degree - RQF 6 (Anglaterra/Irl. del Nord) · SCQF 10 (Escòcia) · CQFW 6 (Gal·les) (ref. 4002483797)
- NARIC Ireland: equivalent a Honours Bachelor Degree - NFQ Level 8

Llicenciatura en Educació Física

Unopar - Universidade Norte do Paraná

Gen 2015 - Oct 2018

- Equivalència acadèmica a nivell de Grau declarada pel NARIC Espanya (Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades) - 26/08/2026, Expedient 1030-3218972
- UK ENIC: equivalent a Bachelor degree - RQF 6 (Anglaterra/Irl. del Nord) · SCQF 10 (Escòcia) · CQFW 6 (Gal·les) (ref. 4002483797)
- NARIC Ireland: equivalent a Honours Bachelor Degree - NFQ Level 8

EXPERIÈNCIA PROFESSIONAL

Entrenador Personal Autònom

Nova Friburgo, RJ

Set 2019 - Actualitat

- Prescripció individualitzada basada en evidència científica
- Prescripció i supervisió d'entrenaments de musculació
- Avaluació físico-funcional i antropomètrica
- Protocols de cineantropometria i prevenció de lesions
- Orientació sobre hàbits alimentaris saludables
- Consultoria i seguiment digital via plataformes i videotrucada

Instructor de Fitness

YouFit Training - Nova Friburgo, RJ

Feb 2020 - Set 2021

- Programes de força i condicionament cardiovascular
- Prescripció i supervisió d'entrenaments de musculació
- Gestió operativa del centre

Instructor de Fitness

Academia CAF - Nova Friburgo, RJ

Jun 2019 - Feb 2020

- Prescripció i supervisió d'entrenaments de musculació
- Protocols de cineantropometria i prevenció de lesions

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

CREDENCIALS EUROPEES



EREPS - Graduate Exercise Professional

Nivell EQF 6 · ID 154735

Vàlid fins 08/2027



Director Tècnic - IPDJ (Portugal)

Títol núm. 109119

Vàlid fins 09/2031



Membre del COPLEFC (Catalunya)

Núm. de col·legiat 73473 · Modalitat no exercent

Passarà a exercir en iniciar l'atenció a Catalunya

CERTIFICACIONS

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 - Feb 2026

CPR & AED Certified

ISSA - Feb 2026

Revisor Tècnic

Biomecànica i Neurociència

IDIOMES

Portuguès

Natiu

Espanyol

B2 Lectura / B2 Parla

Anglès

B2 Lectura / B1 Parla

COMPETÈNCIES

- Prescripció d'exercici basada en evidències
- Avaluació cineantropomètrica i anàlisi biomecànica del moviment
- Modulació de l'entrenament basada en biomarcadors i fisiologia de l'exercici
- Exercici correctiu i transició de la rehabilitació al fitness
- Consultoria híbrida i gestió de plataformes digitals de monitorització
- Comunicació tècnica i neuroeducació del dolor aplicada al moviment

CONTACTE I ENLLAÇOS

profdiegotravasso.com
@prof.diegotravasso
CREF1/RJ 051691-G/RJ - des de 2019
EREPS - ID 154735 (2026)
IPDJ (DT) - Títol núm. 109119
COPLEFC - Núm. 73473 (no exercent)
Carnet de conduir: A i B