

INFORMAZIONI PERSONALI



TRIGLIONE NICOLA

 20162 MILANO (Italia)

 triglionenicola@gmail.com

 <https://www.linkedin.com/in/nicola-triglione-b8a221167/>

POSIZIONE RICOPERTA

Medico Specialista in Cardiologia, esperto in Medicina Integrata

ESPERIENZA
PROFESSIONALE2019 **Direttore Sanitario**

BOLD Sport, Milano

Primo performance center dedicato allo sport che combina training, wellness e healthcare.

2019 **Sports Cardiology Fellow**

University of Washington Medical Center, Seattle (Stati Uniti d'America)

Training formativo in un centro di eccellenza per la Cardiologia dello Sport. Screening di sportivi d'élite (NBA, NCAA, NFL) con particolare attenzione ad atleti con cardiopatie e prevenzione della morte cardiaca improvvisa.

2018–alla data attuale

Medical Advisor

Self Coherence

Società specializzata nel fornire soluzioni per lo stress management tramite il biofeedback respiratorio e tecniche basate sullo studio della variabilità della frequenza cardiaca (HRV).

Distributore ufficiale italiano di strumenti Heartmath.

<https://www.selfcoherence.com/>

2018–alla data attuale

Consulente Medico

Med-ex, Roma (Italia)

<http://www.medicina-sportiva.com/>

Med-Ex è un'azienda sanitaria specializzata nella promozione di programmi di prevenzione primaria sui corretti stili di vita, attraverso check-up e la prescrizione di attività fisica. I programmi Med-Ex sono indirizzati a pazienti, atleti amatoriali, agonistici e aziende che vogliono migliorare il proprio stato di salute. La dedizione, la professionalità e le competenze dimostrate hanno permesso a Med-Ex di essere nominata **Medical Partner della Scuderia Ferrari** quale fornitore ufficiale ed esclusivo.

Scuola di Specializzazione in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare

Grande Ospedale Metropolitano Niguarda, MILANO (Italia)

Specializzazione conseguita presso il Dipartimento Cardioracovascolare del Grande Ospedale Metropolitano Niguarda di Milano. Esperienza in metodiche non invasive: ecocolordoppler cardiaco e test ergometrico. Particolare expertise maturato nell'ambito di prevenzione e riabilitazione cardiovascolare.

2016–alla data attuale

Autore e revisore

Outside

<https://www.oukside.com/blog>

03/2015–10/2015 **Medico Aeroportuale**
Aeroporti di Puglia, Bari (Italia)

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2019 **Sports Cardiology Fellowship**
University of Washington, Seattle, WA (Stati Uniti d'America)

2019 **Nutrition science for health and longevity**
Gaples Institute for Integrative Cardiology, Deerfield, IL (Stati Uniti d'America)

2015–2019 **Scuola di Specializzazione in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare**
Grande Ospedale Metropolitano Niguarda, MILANO (Italia)

2018 **Sports Medicine Diploma**
FIFA, Zurigo (Svizzera)

2018 **Heart Rate Variability Foundations Course**
Elite HRV

2018 **Cardiopulmonary Exercise Testing Training Course**
Centro Cardiologico Monzino - Prof. Agostoni

2017 **Exercise prescription for the prevention and treatment of disease**
Trinity College, Dublin, Irlanda

2017 **Course on cardiovascular evaluation of olympic athletes**
International Olympic Committee, Roma (Italia)

2015 **Lufthansa Doctor**
Lufthansa, Colonia (Germania)
Doctors on board Program

2008–2014 **Facoltà di Medicina e Chirurgia**
Università degli Studi di Bari "Aldo Moro", Bari (Italia)

2004–2008 **Liceo Classico "F. De Sanctis"**
Trani (Italia)

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Lingue straniere	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	B2	B2	B2	B2	B2

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative Spirito di gruppo e capacità nella gestione del lavoro in team e nella percezione delle esigenze individuali. Ho avuto modo di sviluppare queste abilità grazie all'esperienza in SDA Bocconi partecipando ed ottenendo il primo premio nel progetto Innohack sponsorizzato dall'azienda Boehringer Ingelheim.

<https://www.sdabocconi.it/en/news/2018-04-23/sda-bocconis-innohack-the-victory-of-applied-innovation->

<https://www.notiziariochimicofarmaceutico.it/2018/04/13/innohack-di-sda-bocconi/>

Competenze professionali Partecipazione in qualità di relatore a congressi nazionali. Co-autore di abstract e pubblicazioni su riviste scientifiche nazionali ed internazionali. https://www.researchgate.net/profile/Nicola_Triglione/research