



Curriculum Vitae Europass

Informazioni personali

NICOLA SPONSIELLO

Indirizzo(i)

Telefono(i)

E-mail

Cittadinanza

Data di nascita

Codice fiscale

Settore professionale

La mia principale odierna attività è quella ambulatoriale, come dietologo sia in ambito clinico che sportivo, sono medico di alcune importanti società sportive e dietologo di atleti di valore internazionale.

Sono stato ricercatore (a contratto) dal 1990 al 1995 presso la scuola di specializzazione in Scienza dell'Alimentazione dell'Università di Padova

Esperienza professionale

Componente dello staff medico di numerose "imprese" sportive in ambito subacqueo sia con respiratore che in apnea

1998 Medico della nazionale di Pesca Subacquea.

dal 1996 Responsabile del settore ricerca scientifica di Apnea Academy Research

Redigo da anni di articoli in materia nutrizionale su riviste prevalentemente sportive e scientifiche. Sono stato relatore in numerosi convegni e congressi sia di ambito universitario che locale. Autore di capitoli di libri sulla nutrizione dello sport e sull'apnea.

Autore del libro "Argomenti di fisiologia e nutrizione dell'apnea" sugli aspetti metabolici dell'apnea, unica pubblicazione esistente sull'argomento.

2003-2004 Professore (a contratto) Corso sulla nutrizione e le supplementazioni nello sport all'interno del corso di Biochimica medica (prof. F. di Lisa.) Facoltà di Farmacia Università di Padova

Dal 2005 al 2010 Professore (a c.) Corso "tecnica e didattica sport subacquei" Scuola di specializzazione in Scienze motorie Università di Cagliari

2005-2006 e 2006-2007 Professore (a c.), Corso facoltativo "Apnea" Università di Brescia

Dal 2006 al 2014 Professore (a c.) Corso Nutrizione nel fitness e Corso Integrazione alimentare Corso di laurea in Scienze del Fitness Università di Camerino -Mc

Dal 2012 responsabile per la sede di Padova del Master in nutrizione dello sport SANIS

Dal 2017 nominato professore per la materia "nutrizione dello sport" dell'Università Popolare

Dal 2021 Associate Editor della rivista Progress in Nutrition, per l'area Sport, fitness and prevention.

Docente in numerosi master e seminari di diverse università italiane

Affiliazioni

Dal 1998 direttore di Apnea Academy Research

Dal 2004 al 2009 Membro della Soc. Ital. Alimentaz. e Sport (SIAS) Dal 2009 al 2016 fondatore e consigliere di amministrazione di SINSeB (soc Italiana Nutrizione Sport e Benessere)

Dal 2006 membro dell'ECSS (European College of Sport Sciences) Dal 2012 Componente dello "Sport Nutrition Interest Group" dell'ECSS

Dal 2005 Referente per l'Italia del Gatorade Sport Science Institute (Chicago USA)

Dal 2017: segretario e consigliere dell'European Sport Nutrition Society (ESNS)

Istruzione e formazione

Luglio 88 Laureato in Medicina Università di Padova

Marzo 93 Specializzato in scienza dell'alimentazione Università di Padova

Dall'86 al 95 Prima come allievo "interno" poi come ricercatore (gettonista) ho svolto attività di ricerca presso la cattedra di Nutrizione Clinica dell'Università di Padova, occupandomi prevalentemente di indagini nutrizionali su adolescenti e di nutrizione dello sport.

1992 Ho frequentato per 4 mesi presso l'università di Houston (Texas) il centro di nutrizione dello sport diretto dal prof. Coyle.

Pubblicazioni (recenti)

- Perini R, Gheza A, Mola C, **Sponsiello N**, Ferretti G. 2010 Cardiovascular time courses during prolonged immersed static apnoea. *Eur J Appl Physiol.* Sep 110(2):277-83
- Cialoni D, **Sponsiello N**, Marabotti C, Marroni A, Pieri M, Maggiorelli F, Tonerini M, Frammartino B. Prevalence of acute respiratory symptoms in breath-hold divers. *2012 Undersea Hyperb Med.* Jul-Aug;39(4):837-44.
- **Sponsiello N**, Tamburo S 2011 Short-term effects of BCAA, arginine and CLA supplementation on rest energy expenditure and body composition.. *ACTA ECSS Conference*
- Theunissen S, Guerrero F, **Sponsiello N**, Cialoni D, Pieri M, Germonprè P, Obied G, Tillams F, Papadopoulou V, Hemelryck W, Marroni A, De Bels D, Balestra C. 2013 Nitric oxide-related endothelial changes in breath-hold divers and scuba divers. *Undersea and Hyperb Med.* (40-2):135-140
- Theunissen S., **Sponsiello N.**, Rozloznik M., Gemonprè P., Cialoni D., Balestra C. 2013 Oxidative stress in breath-hold dives after repetitive dives. *Diving Hyperb Med.* Jun 43(2): 63-6
- **Sponsiello N.**, Rucci S., Buonocore D., Focarelli A., Doria E., Negro M., Marzatico F 2013 Experimental evaluation of the Hydration status during fitness training.. *Medicina dello Sport Dec (vol.66- no.4): 531-543*
- Cialoni D., Marabotti C., **Sponsiello N.**, Pieri M., Balestra C., Lucchini V., Marroni A 2015 Genetic predisposition to breath-hold diving-induced hemoptysis: preliminary study.. *Underwater and Hyperbaric Medicine (vol.42, no.1): 75-83*
- Carloni M., Fedeli D., Nasuti C., **Sponsiello N.**, Gabbianelli R. Implications of dietary leucine on muscle mTOR gene expression and redox status in rats following high intensity effort. *Current Nutrition & Food Science* 2014, 10 000-000
- **Sponsiello N**, Belgeri S , Conte R, Carandini D, Salamone M 2015 Prevention of acute GI disturbances with a functional food formulation designed to support and maintain intestinal barrier function during sports performance. *Progress in Nutrition; Vol. 17, N. 4: 317-313*
- Cialoni D, Marabotti C, **Sponsiello N**, Pieri M, Balestra C, Lucchini V, and Marroni A; Genetic predisposition to breath-hold diving-induced hemoptysis: Preliminary study; *Undersea Hyperb Med* 2015 42(1): 75-83.
- Cialoni D, Pieri M **Sponsiello N**, Marroni A. Detection of venous gas emboli after repetitive breath-hold dives: case report. *Undersea and Hyperb Med* 2016 43(4):449-455)
- **Sponsiello N**, Cialoni D , Pieri M and Marroni A. 2018 Cellular Glucose Uptake During Breath-Hold Diving in Experienced Male Breath-Hold Divers. *Sports Medicine - 4:14*
- **Sponsiello N**. Attività fisica (fisiologia, adattamenti all'esercizio, prevenzione, sport terapia e nutrizione) Cap. 24 Adattamenti gastrointestinali all'esercizio; Cap. 30 termoregolazione ed esercizio; Cap 46 Idratazione nello sportivo. 2019 G.d'Antona; ed. Poletto

Curriculum Sportivo

Dal 1983 al 1987 Ho partecipato a gare di sci alpino in seno alla nazionale universitaria

Nel 1990 e nel 1995 agonismo nella pesca subacquea in apnea sono giunto 2° e 5° ai campionati italiani a squadre

Dal 1987 al 1991 Mezzofondista (1500 m) con il personale di 3'56"

1999 – 2000 – 2001 Atleta della nazionale Italiana di Apnea. Nel '99: 19° posto nel ranking mondiale (AIDA)

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".

Firma

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized 'N.' followed by the name 'Sponsiello' in a cursive script.