

Emiliana Tognon

Laureata a Padova in Biotecnologie Mediche nel 2011, durante gli studi ha svolto un'esperienza di ricerca biomedica presso l'Università della California, Davis. Nel 2015 ha conseguito il Dottorato di Ricerca in Medicina Molecolare all'Università di Milano. Nel 2016 ha svolto il Master in Nutrizione Umana presso l'Università di Pavia.

Lavora a Milano con il Dottor Speciani, dove ha avuto modo di approfondire con la pratica clinica l'importanza di gestire l'infiammazione anche attraverso l'alimentazione al fine di costruire o ritrovare l'amicizia con il cibo.

Veneta di nascita, ma per metà siciliana, ha ereditato dalla mamma la passione per il buon cibo e la cucina, trovando nella nutrizione il connubio perfetto per gestire consapevolmente la propria salute e per insegnare anche agli altri a prendersi cura di sé, trovando nell'alimentazione la fonte principale di energia e benessere.

Ha praticato numerosi sport, sia di squadra, come il rugby e il softball, che individuali, come il nuoto, il tennis e la ginnastica artistica. Ha fatto quindi dell'attività fisica uno dei pilastri fondamentali per il mantenimento della salute.