

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO

selezione pubblica per n. 1 posto/i di Ricercatore a tempo determinato ai sensi dell'art.24, comma 3, lettera b) della Legge 240/2010 per il settore concorsuale 06/N2 - Scienze dell'Esercizio Fisico e dello Sport, settore scientifico-disciplinare M-EDF/02 - Metodi e Didattiche delle Attività Sportive presso il Dipartimento di SCIENZE BIOMEDICHE PER LA SALUTE, (avviso bando pubblicato sulla G.U. n. 49 del 21/06/2022) Codice concorso 5008

Jacopo Antonino Vitale

CURRICULUM VITAE

INFORMAZIONI PERSONALI (NON INSERIRE INDIRIZZO PRIVATO E TELEFONO FISSO O CELLULARE)

COGNOME	VITALE
NOME	JACOPO
DATA DI NASCITA	11/12/1987

TITOLI**TITOLO DI STUDIO**

- 17/05/2019. Conseguitamento dell'**Abilitazione Scientifica Nazionale** (seconda fascia), settore concorsuale 06/N2.
- 2012-2016. **Dottorato di Ricerca in Scienze dello Sport (Ph.D)**, Università degli Studi di Milano..
- 2010-2012. **Laurea Magistrale in Scienza dell'Attività Fisica per il Benessere**, Università degli Studi di Milano
- 2006-2009. **Laurea Triennale in Scienze Motorie**, Università degli Studi di Milano.

TITOLO DI DOTTORE DI RICERCA O EQUIVALENTI, OVVERO, PER I SETTORI INTERESSATI, DEL DIPLOMA DI SPECIALIZZAZIONE MEDICA O EQUIVALENTE, CONSEGUITO IN ITALIA O ALL'ESTERO

- 07/03/2016. **Dottorato di Ricerca in Scienze dello Sport (Ph.D)**, Università degli Studi di Milano. Titolo della tesi: Sleep behaviour, activity circadian rhythm and psychophysiological responses to physical activity: the chronotype effect. Tutor: Prof.ssa Eliana Roveda/Prof.ssa Franca Carandente. Tutor esterno: Prof.ssa Andi Weydhal.

POSIZIONE/I LAVORATIVA/E ATTUALE/I

- **Ricercatore responsabile di Laboratorio** (Lab Head) presso Laboratorio del Movimento e Scienze dello Sport (LaMSS) dell'IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, Milano. Staff del laboratorio: n=2 ricercatori Senior in Scienze dello Sport, n=1 PhD student in Scienze dello Sport, n=1 fisioterapista; n=1 data manager. Linee di ricerca principali: scienze dello sport, sarcopenia, sonno e cronobiologia dello sport, ortopedia. Direttore Scientifico: Prof. Giuseppe Banfi.
- **Ricercatore collaboratore** del CRESA (Epistemologia Sperimentale e Applicata) dell'Università Vita-Salute San Raffaele, Milano. Linea di ricerca: valutazione della relazione biunivoca fra performance fisica, cognitiva e privazione di sonno in chirurghi ortopedici e traders. Direttore Laboratorio: Prof. Matteo Motterlini.
- **Consulente scientifico per FIDAL** (Federazione Italiana D'Atletica Leggera). Oggetto della collaborazione: monitoraggio e gestione del sonno, processi di recupero e sintomi del jet-lag in atleti Olimpici. Direttore Tecnico: Prof. Antonio La Torre.
- **Consulente scientifico per FIBa** (Federazione Italiana Badminton). Oggetto della collaborazione: monitoraggio e gestione del sonno, processi di recupero e sintomi del jet-lag in atleti Olimpici. Direttore Tecnico: Dr. Lorenzo Pugliese.
- **Responsabile preparatore atletico** (da mini-basket a serie C Silver) della società ASD Leone XIII di pallacanestro (FIP), Milano.
- **Preparatore atletico** di n=1 atleta nazionale C di discesa maschile (FISI).

ESPERIENZE PROFESSIONALI IN AMBITO SCIENTIFICO

- 2019-ongoing. **Ricercatore responsabile di Laboratorio** (Lab Head) presso Laboratorio del Movimento e Scienze dello Sport (LaMSS) dell'IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, Milano.
- 2020-ongoing. **Ricercatore collaboratore** del CRESA (Epistemologia Sperimentale e Applicata) dell'Università Vita-Salute San Raffaele, Milano.
- 2016-2019. **Ricercatore Post-doc** presso Laboratorio di Meccanica delle Strutture Biologiche dell'IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, Milano.
- 2016-2019. **Ricercatore collaboratore (vincitore bando pubblico)** presso Dipartimento di Beni Culturali dell'Università degli Studi di Milano, Milano (progetto ObLoMoV, co-finanziato da bando Erasmus+). Responsabile dei fondi: Prof.ssa Maddalena Mazzocut-Mis. ID progetto: 579825-EPP-1-2016-2-IT-SPO-SCP (call EAC-A04-2015).
- 2012-2016. **Dottorato di Ricerca in Scienze dello Sport** (Ph.D), Università degli Studi di Milano.
- 01/2012-05/2012. **Erasmus Placement** presso Laboratorio di Cronobiologia e Fisiologia dell'Esercizio Fisico dell'Università di Alta, Norvegia (oggi Università di Tromsø). Tutor: Prof.ssa Andi Weydhal.
- 2008-2009. **Tirocinio scientifico** presso ASL Milano per raccolta dati per il progetto "Prevention of domestic injuries in elderly people". Tutor: Prof. Giancarlo Roione.

ESPERIENZE PROFESSIONALI NELLE SCIENZE DELLO SPORT

- 2018-ongoing. **Responsabile preparatore atletico** (da mini-basket a serie C Silver) della società ASD Leone XIII di pallacanestro (FIP), Milano.
- 2012-ongoing. **Preparatore atletico** di atleti nazionali junior di discesa maschile (FISI).
- 2021-ongoing. **Consulente scientifico** per FIBa (Federazione Italiana Badminton).
- 2018-ongoing. **Consulente scientifico** per FIDAL (Federazione Italiana D'Atletica Leggera).
- 2012-2017. **Responsabile preparatore atletico** della prima squadra A1 della società Rhinos Milano di football americano (FIDAF), Milano.

ATTIVITÀ DIDATTICA A LIVELLO UNIVERSITARIO IN ITALIA

Attività didattica:

- 2018-2020. **Attività didattica integrativa** (totale >60 ore) per il corso di "Teoria e Metodologia dell'Allenamento degli sport individuali e discipline atletiche" (Prof. Antonio La Torre), presso il corso di Laurea Magistrale in Scienza Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68), della Scuola di Scienze Motorie all'Università degli Studi di Milano.
- 2012-2016. **Attività didattica integrativa** (totale >60 ore) per il corso di "Anatomia Umana e Morfologia Applicata" (Prof. Angela Montaruli) presso il corso di Laurea Triennale in Scienze Motorie Sport e Salute (Classe L-22) all'Università degli Studi di Milano.
- 2012-2016. **Membro della commissione di esame** in "Anatomia Umana e Morfologia Applicata" (Prof. Angela Montaruli) presso il corso di Laurea Triennale in Scienze Motorie Sport e Salute (Classe L-22) all'Università degli Studi di Milano.

Attività di tutoraggio:

- 2012-2016. **Attività di tutoraggio, orientamento ed attività integrativa alla didattica** (totale >60 ore) per studenti del corso di Laurea Triennale in Scienze Motorie Sport e Salute (Classe L-22) e della Scuola di Scienze Motorie all'Università degli Studi di Milano (Prof.ssa Franca Carandente).
- 2012-ongoing. **Correlatore** di oltre 40 tesi triennali e magistrali per i corsi di Laurea Magistrale Classe LM-67 e Classe LM-68 (Prof. Antonio La Torre/Prof.ssa Franca Carandente).
- 2016-ongoing. **Tutor responsabile** per tirocinio (500 ore) di studenti dei corsi di Laurea Magistrale Classe LM-67 e Classe LM-68 dell'Università degli Studi di Milano presso il Laboratorio del Movimento e Scienze dello Sport dell'IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi.
- 2016-ongoing. **Tutor responsabile** per tirocinio (750 ore) di studenti dei corsi di Laurea Magistrale in Fisioterapia dell'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano presso il Laboratorio del Movimento e Scienze dello Sport dell'IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi.

- 2018-ongoing. **Tutor responsabile** per tirocinio (500 ore) di studenti dei corsi di Laurea Magistrale Classe LM-67 dell'Università degli Studi di Milano società ASD Leone XIII di pallacanestro (FIP), Milano.
- 2020-ongoing. **Tutor esterno** presso IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi per n=1 PhD student in Scienze dello Sport presso Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute dell'Università degli Studi di Milano (Dr. Stefano Borghi). Tutor Universitario: Prof. Antonio La Torre.
- 2022-ongoing. **Tutor istituzionale** presso IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi per n=1 PhD student in Rehabilitation Sciences and Physiotherapy della Vrije University of Bruxelles (VUB), Belgio (Dr.ssa Stefania Guida). Tutor VUB: Prof.ssa Eva Swinnen.

Attività didattica e presentazioni ad invito:

- 2017-ongoing. **Invited lecturer**. "Il sonno degli atleti: L'allenamento invisibile per salute e performance" per il corso di "Periodizzazione dell'Allenamento" (Prof. Antonio La Torre) presso il corso di Laurea Magistrale in Scienza Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68), della Scuola di Scienze Motorie all'Università degli Studi di Milano.
- 2021. **Invited lecturer**. "Effetti della fatica mentale e privazione di sonno sulla prestazione sportiva" per il seminario "Practice in Kinesiology" (Prof. Samuele Marcora), Università degli Studi di Bologna.
- 2021. **Invited lecturer**. "Sonno, produttività e performance. Come il sonno influenza l'efficienza lavorativa e la performance dei campioni olimpici" al corso di "Behavior Change" (Prof. Matteo Motterlini), presso il corso di Laurea Magistrale in Filosofia del Mondo Contemporaneo presso Università Vita-Salute San Raffaele di Milano.
- 2020. **Invited lecturer**. "Il sonno degli atleti: L'allenamento invisibile per salute e performance" al corso di Perfezionamento in "Allenamento della forza per la prevenzione degli infortuni" (Prof. Giuseppe Coratella) presso Università degli Studi di Milano.
- 2017. **Invited Lecturer**. "Cronobiologia, Ritmi Biologici, Sonno e Performance" per il corso di "Basi Biologiche per il Benessere" (Prof. Sabrina Corbetta) presso il corso di Laurea Magistrale in Scienza dell'Attività Fisica per il Benessere (Classe LM-67), della Scuola di Scienze Motorie all'Università degli Studi di Milano.
- 2017. **Invited Lecturer**. "High Intensity Interval Training ed obesità: lo stato dell'arte" per il corso "Laboratorio: obloMOV - open scenario laboratory, dal testo all'azione scenica e ritorno" (Prof. Maddalena Mazzocut-Mis), Dipartimento di Beni Culturali, Università degli Studi di Milano.
- 2013-2016. **Invited Lecturer**. "Modello prestativo e fisiologico del Football Americano" per il corso di "Periodizzazione dell'Allenamento" (Prof. Antonio La Torre) presso il corso di Laurea Magistrale in Scienza Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68), della Scuola di Scienze Motorie all'Università degli Studi di Milano.
- 2014-2016. **Invited lecturer**. "Anatomia dell'arto inferiore" per il corso di "Anatomia Umana e Morfologia Applicata" (Prof. Angela Montaruli) presso il corso di Laurea Triennale in Scienze Motorie Sport e Salute (Classe L-22) all'Università degli Studi di Milano.
- 2013-2016. **Invited Lecturer**. "Ritmi circadiani and Sport" per il corso di "Medicina dello Sport e Traumatologia" (Prof. Franca Carandente) presso il corso di Laurea Magistrale in Scienza dell'Attività Fisica per il Benessere (Classe LM-67), della Scuola di Scienze Motorie all'Università degli Studi di Milano.
- 2014. **Invited lecturer**. "Alimentazione e jet-lag" al master in "Nutrizione e Fitness Sportivo" (Prof. Amelia Fiorilli) presso Università degli Studi di Milano.

ATTIVITÀ DIDATTICA ALL'ESTERO (corsi/grants europei), PHD SCHOOL e NON UNIVERSITARIA

Presentazioni ad invito per PhD School:

- 2021. **Invited lecturer**. "Athletes' Sleep: The invisible training for health and performance" per l'International PhD Neuroscience Summer School (Prof. Piero Ruggeri), Università degli Studi di Genova.

Presentazioni ad invito per corsi e grants Europei:

- 2021. **Invited lecturer.** “Sleep in elite athletes: Implications for performance (and injury) and recommendations for optimal recovery” per il corso Europeo in “Elite Strength and Conditioning” (Prof. Giuseppe Coratella) previsto dal Progetto Erasmus+ Strategic Partnership KA2 “Exchange of Good Practices”, presso Università degli Studi di Milano.
- 2016-2019. **Invited lecturer.** “ObLoMoV project: Obesity and Low Motility Victims. Updates from Italy” per i seminari internazionali del progetto Europeo co-finanziato da EU “Oblomov” (Prof. Marc Cloes, Prof. Arja Sääkslahti, Prof. Maddalena Mazzocut-Mis) presso Università di Tessalonica, (Grecia).

Presentazioni ad invito da enti Europei ed extra-Europa:

- 2022. **Invited lecturer.** “The importance of sleep” per il seminario internazionale “Wednesday Webinar ASPETAR series” (Prof. Marco Cardinale) ASPETAR, Doha (Qatar).
- 2022. **Invited lecturer.** “Sleep in elite athletes: Implications for performance and recommendations for optimal recovery” per il seminario internazionale “Tuesday Webinar ASPETAR series” (Prof. Marco Cardinale), ASPETAR, Doha (Qatar).
- 2021. **Invited lecturer.** “Sleep in elite athletes: Implications for performance and recommendations for optimal recovery” per il webinar internazionale “High Performance” della European Athletics (Prof. Brian Hanley), Losanna (Svizzera).
- 2021. **Invited lecturer.** “The role of sleep/nap for athletes” per il 2nd congresso internazionale “Education, Motor Behavior and Sport Helath” (Prof. Hamdi Chtourou), University of Sfax (Tunisia).
- 2020. **Invited lecturer.** “The influence of chronotype and training schedules on athletes’ sleep: a chronobiologic approach” per il seminario internazionale “Seeking for performance. Recovery & Injury prevention” (Dr. Mathieu Nedelec) presso INSEP, Parigi (Francia).

Attività didattica e presentazioni ad invito (non universitaria).

- 2015-ongoing. **Invited lecturer** per i corsi di formazione e webinar di FIDAL, FIBa, FISi, FIN, FITRI, Panathlon Italia.
- 2015-ongoing. **Invited lecturer** per la Scuola dello Sport (Sds) presso il Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI).
- 2022. **Invited lecturer.** “Il ruolo del sonno nel calciatore” per ASA football clinic.
- 2020. **Invited lecturer.** “Il ruolo del sonno nella pallacanestro” per APFIP (Associazione Preparatori Fisici Italiani Pallacanestro).
- 2020. **Invited lecturer.** “La relazione tra sonno e attività fisica durante la quarantena” per SISMES (Società Italiana delle Scienze Motorie e Sportive).

REALIZZAZIONE DI ATTIVITÀ PROGETTUALE / ORGANIZZAZIONE, DIREZIONE E COORDINAMENTO DI GRUPPI DI RICERCA NAZIONALI E INTERNAZIONALI, O PARTECIPAZIONE AGLI STESSI

Attività di coordinamento in gruppi di ricerca nazionali:

- 2019-ongoing. **Direttore** (Lab Head) del Laboratorio del Movimento e Scienze dello Sport (LaMSS) dell’IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, Milano. Aree di ricerca principali: sarcopenia ed esercizio fisico, sonno e performance sportiva. Direttore Scientifico dell’ospedale: Prof. Giuseppe Banfi.
- 2016-ongoing. **Principal Investigator e Direttore** di numerosi progetti di Ricerca Corrente, finanziati con i fondi per la ricerca del Ministero della Salute, condotti presso IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi di Milano e svolti in collaborazione con diversi enti di ricerca nazionali (fra questi: Università di Milano, Università di Verona, Università di Torino, Università del Foro Italico, Università Vita-Salute San Raffaele di Milano, etc). Alcuni dei ClinicalTrials.gov Identifier: NCT04632615, NCT03773601, NCT04638374, NCT04272853, NCT03572920.
- 2018-ongoing. **Principal Investigator e Direttore** del progetto EXERSARCO (Exercise and Sarcopenia), condotto presso IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi di Milano. ClinicalTrials.gov Identifier: NCT04172285. Progetto finanziati con i fondi del 5x1000 (2017) (project Code: CUPC44I19000380001).
- 2021-ongoing. **Co-Principal Investigator** all’interno del WP3 (Ortopedia) del progetto di ricerca finalizzata di rete “Definition and testing of a new model of clinical governance based on the

integration of tools such as Health Technology Assessment, Clinical Practice Guidelines, Clinical Pathways, and healthcare performance measurement for planning, implementation and management of healthcare interventions in different settings”, finanziato dal Ministero della Salute. project Code NET-2018-12368077.

- 2022-ongoing. **Principal Investigator e Direttore** dello studio “Sleep and performance in surgeons (L4157)” condotto in collaborazione con Laboratorio CRESA (Epistemologia Sperimentale e Applicata) dell’Università Vita-Salute San Raffaele, Milano. Studio in fase di registrazione a ClinicalTrials.gov.

Attività di coordinamento in gruppi di ricerca internazionali

- 2016-2019. **Organizzatore e Co-Principal Investigator** (per partner Italia, ovvero Università degli Studi di Milano) del progetto europeo ObLoMoV (<https://www.oblomovproject.eu/it/>), co-finanziato da bando Erasmus+, in collaborazione con Università di Tessalonica, Università di Liegi, Università di Jyväskylä e del tennis club di Lubiana. ID progetto: 579825-EPP-1-2016-2-IT-SPO-SCP (call EAC-A04-2015).
- 2019. **Organizzazione e Direzione** del simposio “Sleep in elite athletes: Implications for performance and recommendations for optimal recovery” al congresso mondiale “World Sleep Congress” 2019, Vancouver, Canada. Relatori: Dr. Jacopo Vitale, Prof.sa Shona Halson (co-chair), Dr. Mathieu Nedelec, Dr. Michele Lastella, Dr. Peter Fowler.
- 2020. **Direttore e Principal Investigator** dello studio internazionale “Are elite track and field athletes on track? The impact of COVID-19 outbreak on sleep behavior and training characteristics” (ClinicalTrials.gov Identifier: NCT04632615), in collaborazione con Central Queensland University e INSEP, Parigi.
- 2020. **Organizzatore e Co-Principal Investigator** della revisione sistematica “To Nap or Not to Nap? A Systematic Review Evaluating Napping Behavior in Athletes and the Impact on Various Measures of Athletic Performance” (ID in Prospero registry: CRD42020208652), in collaborazione con Central Queensland University e Australian Catholic University, Australia.
- 2021. **Direttore e primo Guest Editor** del research topic “The Reciprocal Relationship Between Sleep and Stress in Elite Athletes”. Frontiers in Psychology (IF: 4.2). Collaboratori: Dr.ssa Sabrina Skorski, Dr. Mathieu Nedelec, Dr. Michele Lastella.
- 2021. **Organizzatore e co-Guest Editor** del research topic “Exercise Prescription and Psychological Determinants for Healthy Living”. Frontiers in Psychology (IF: 4.2). Collaboratori: Dr. Guillermo Felipe López Sánchez, Dr. Matteo Bonato, Dr. Roberto Codella.
- 2021. **Organizzatore e co-investigatore** del consensus statement internazionale “Managing Travel Fatigue and Jet Lag in Athletes: A Review and Consensus Statement”, pubblicato su Sports Medicine (IF: 11.9), in collaborazione con >25 collaboratori internazionali, esperti nella gestione e monitoraggio dei sintomi del je-tlag dell’atleta viaggiatore.
- 2021. **Organizzatore e co-investigatore** del lavoro internazionale “COVID-19 Lockdowns: A Worldwide Survey of Circadian Rhythms and Sleep Quality in 3911 Athletes from 49 Countries, with Data-Driven Recommendations”, pubblicato su Sports Medicine (IF: 11.9), in collaborazione con >25 collaboratori internazionali, esperti nella gestione e monitoraggio del sonno dell’atleta.
- 2021-ongoing. **Direttore e Principal Investigator** della revisione sistematica e meta-analisi “Does body cooling facilitated by bedding improve sleep: a systematic review and meta-analysis” (ID in Prospero registry: CRD42021275369), in collaborazione con INSEP, Parigi.
- 2021-ongoing. **Organizzatore e Principal Investigator** della revisione sistematica e meta-analisi “The effects of prehabilitation with advanced technologies in patients with musculoskeletal diseases waiting for surgery: a systematic review and meta-analysis”, in collaborazione con Vrije University of Bruxelles. Il lavoro è in fase di registrazione a Prospero registry.

ATTIVITÀ DI RICERCA PRESSO QUALIFICATI ISTITUTI ITALIANI O STRANIERI

Istituti Stranieri:

- 23/01/2020 - 31/01/2020. **Attività di ricerca** presso Laboratorio di Fisiologia dell’Esercizio Fisico (area sonno e recupero) presso INSEP, Parigi. Collaboratore: Dr. Mathieu Nedelec.

- 01/2012-05/2012. **Attività di ricerca** e tirocinio all'interno del programma Erasmus Placement presso Laboratorio di Cronobiologia e Fisiologia dell'Esercizio Fisico dell'Università di Alta, Norvegia (oggi Università di Tromsø). Tutor: Prof.ssa Andi Weydhal.

Istituti Italiani:

- 2019-ongoing. **Attività di ricerca** (Lab Head) presso Laboratorio del Movimento e Scienze dello Sport (LaMSS) dell'IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, Milano.
- 2020-ongoing. **Attività di ricerca** presso CRESA (Epistemologia Sperimentale e Applicata) dell'Università Vita-Salute San Raffaele, Milano.
- 2016-2019. **Attività di ricerca** presso Laboratorio di Meccanica delle Strutture Biologiche (LaBS) dell'IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, Milano.
- 2016-2019. **Attività di ricerca** presso Dipartimento di Beni Culturali dell'Università degli Studi di Milano, Milano (progetto ObLoMoV, co-finanziato da bando Erasmus+).
- 2008-2009. **Attività di ricerca** presso ASL Milano per raccolta dati per il progetto "Prevention of domestic injuries in elderly people".

Principali collaborazioni scientifiche nazionali in corso:

- Prof. Antonio La Torre, Università degli Studi di Milano
- Prof. Luca Sconfienza, Università degli Studi di Milano.
- Prof.ssa Sabrina Corbetta, Università degli Studi di Milano.
- Prof.ssa Maria Francesca Piacentini, Università del Foro Italico.
- Prof. Matteo Motterlini, Università Vita-Salute San Raffaele.
- Prof. Luigi Ferini-Strambi, Università Vita-Salute San Raffaele.
- Prof. Claudio Vicini, Università di Ferrara e Bologna.
- Dr.ssa Francesca Vitali, Università degli Studi di Verona.
- Dr. Gennaro Boccia, Università degli Studi di Torino.
- Dr. Francesco Negrini, Università degli Studi dell'Insubria.

Principali collaborazioni scientifiche internazionali in corso:

- Prof.ssa Shona Halson, Australian Catholic University.
- Dr. Michele Lastella, Central Queensland University.
- Prof.ssa Andi Weydahl, University of Tromsø.
- Dr. Mathieu Nedelec, INSEP, Parigi.
- Dr. Fabio Galbusera, Schulthess Klinik, Zurigo.
- Prof. Gustavo Duque, University of Melbourne.
- Prof. Karim Chamari, ASPETAR, Qatar.
- Prof.ssa Eva Swinnen, University of Bruxelles.
- Dr. Mohamed Romdhani, University of Sfax.
- Dr.ssa Sabrina Skorski, Universität des Saarlandes.

FINANZIAMENTI E GRANTS APPLICATIONS (in corso)

- **2016-ongoing. Titolare di fondi di ricerca** scientifica da erogazioni liberali presso IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi (Linea di FIFO). Finanziamento erogato: 10.000,00 e 36.000,00 euro.
- **2016-ongoing. Titolare di fondi di Ricerca Corrente** del Ministero della Salute per progetti di ricerca condotti presso IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi. Finanziamento medio erogato per singolo progetto: 3000,00 euro/anno.
- **2018-ongoing. Titolare dei fondi del 5x1000 (2017)** (project Code: CUPC44I19000380001) per progetto di ricerca EXERSARCO (Exercise and Sarcopenia), condotto presso IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi di Milano. ClinicalTrials.gov Identifier: NCT04172285. Finanziamento erogato: 71.575,00 euro.

- **2022. Badminton World Federation (BWS) grant** (in valutazione, prima fase). Principal Investigator, in collaborazione con FIBa. Titolo del progetto “Sleep4win: study and management of elite badminton players’ sleep, road to Paris 2024”. Finanziamento richiesto: 7450,00 euro.
- **2022. Call Horizon “Tools and technologies for a healthy society (HORIZON-HLTH-2022-TOOL-12-two-stage)”** (in valutazione, seconda fase). Principal Investigator per IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, ente capofila: Università di Tessalonica. Titolo del progetto “PREPARE: Personalized rehabilitation via novel AI patient stratification strategies”. Finanziamento richiesto totale: 6.353.613,00 euro (Galeazzi: 205.000 euro).

ATTIVITÀ E RUOLI EDITORIALI ED ATTIVITÀ DI REVISIONE SCIENTIFICA

Revisore scientifico per oltre 40 riviste scientifiche internazionali, fra queste:

- Chronobiology International
- Perceptual and Motor Skills
- European Journal of Sport Science
- Physiology & Behaviour
- Biology of Sport
- Journal of Affective Disorders
- Journal of Biological Research for Nursing
- European Journal of Cancer Care
- Journal of Strength and Conditioning Research
- Journal of Sports Science
- Human Movement Science
- Research in Sports Medicine
- Journal of Circadian Rhythms
- Research Quarterly for Exercise and Sport
- Psychophysiology
- International Journal of Sports Physiology and Performance
- Sleep Medicine
- Frontiers in Psychology
- Frontiers in Physiology
- Plos One
- Sports Science for Health
- International Journal of Environmental Research and Public Health.
- International Journal of Sports Science & Coaching
- BMC Musculoskeletal Disorders
- Journal of Clinical Medicine
- Journal of Sports Medicine and Physical Fitness

Attività e ruoli editoriali:

- 2022-ongoing. **Associate Editor** per sezione “Movement Science and Sport Psychology”. Frontiers in Sports and Active Living e Frontiers in Psychology (IF: 4.2)
- 2018-ongoing. **Membro nell’Editorial Board** della rivista Research in Sports Medicine (IF: 4.7)
- 2019-ongoing. **Review Editor** per sezione “Quantitative Psychology and Measurement”. Frontiers in Psychology (IF: 4.2)
- 2021. **Primo Guest Topic Editor** del research topic “The Reciprocal Relationship Between Sleep and Stress in Elite Athletes”. Frontiers in Psychology (IF: 4.2)
- 2021. **Guest Topic Editor** del research topic “Exercise Prescription and Psychological Determinants for Healthy Living”. Frontiers in Psychology (IF: 4.2)
- 2020. **Primo Guest Topic Editor** del research topic “Physical Activity and Exercise in Osteosarcopenia”. International Journal of Environmental Research and Public Health (IF: 4.6)

Altre attività di revisore scientifico:

- 2012-ongoing. **Revisore e correlatore** di oltre 40 tesi triennali e magistrali per i corso di Laurea Magistrale Classe LM-67 e Classe LM-68 (Prof. Antonio La Torre/Prof.ssa Franca Carandente).
- 2019-ongoing. **External reviewer** per Buckinghamshire New University, Uxbridge Campus, Regno Unito, all'interno della collaborazione con Istituto Superiore di Osteopatia (ISO), Milano (Prof.ssa Heleen Keizer)
- 2019. **External reviewer** per PhD applications della School of Health, Medical and Applied Sciences, Central Queensland University, Australia (Prof.ssa Charli Sargent)
- 2020. **External reviewer** per "Master by Research" applications della School of Health, Medical and Applied Sciences, Central Queensland University, Australia (Dr. Michele Lastella)

CERTIFICAZIONI ED EXTRA

- 2022. Ottenimento certificato per frequenza e superamento esame finale "ICH GOOD CLINICAL PRACTICE E6 (R2)", rilasciato da Global Health Training Centre (rinnovo biennale a partire da 2016).
- 2019. Ottenimento certificato per frequenza e superamento esame finale del corso in modalità e-learning "Osteosarcopenia: Preventing Falls and Fractures in Older Persons", University of Melbourne (Australia). Responsabile Scientifico: Prof. Gustavo Duque.
- 2014-2015. Master in riabilitazione e rieducazione funzionale nello sport. Edi Academy, Milano. Titolo non-accademico.

ISCRIZIONE A SOCIETÀ SCIENTIFICHE

- 2012-ongoing. Società Italiana delle Scienze Motorie e Sport (SISMES)
- 2012-2020. European College of Sport Science (ECSS)
- 2019. World Sleep Society (WSS)
- 2018. European Sleep Research Society (ESRS)

ATTIVITÀ DI RELATORE A CONGRESSI E CONVEGNI NAZIONALI E INTERNAZIONALI

1. 4th SISMES Congress. September 2012, Palermo. Italy. **Vitale J.A.**, Formenti D., Alberti G., Carandente F. "Can the knowledge of chronotype be useful for the motivation and the training plans?" (oral presentation).
2. 27th Conference of the International Society of Chronobiology, 3-7 October 2012, Delhi, India. **Vitale J.A.**, Calogiuri G., Weydahl A. "Influence Of Chronotype on Responses To Physical Activity in the Morning vs. Evening" (oral presentation).
3. 18th annual congress of ECSS, June 26-29, Barcelona, Spain. **Vitale J.A.**, Roveda E., Montaruli A., Carandente F. "Evaluation of chronotypes in young Italian physically active adults." (oral presentation).
4. 18th annual congress of ECSS, June 26-29, Barcelona, Spain. **Vitale J.A.**, Scala L., Silvestri I., Scurati R., Michielon G., Alberti G., Venerando B., Tringali C. "Protective role of 17-beta-estradiol toward IL-6 leukocyte expression induced by intense training in young female athletes" (oral presentation).
5. 5th SISMES Congress. September 2013, Pavia. Italy. Rossi A., Calogiuri G., Formenti D., **Vitale J.A.**, Weydahl A. "The chronotype can influence the perceived exertion during self-paced exercise performed at different times of day" (oral presentation).
6. 19th annual congress of ECSS, July 2014, Amsterdam, Netherlands. **Vitale J.A.**, Roveda E., Montaruli A., Carandente F., La Torre A. "National Football League vs Italian Football League: comparison of body size/composition and performance characteristics" (oral presentation).
7. 6th SISMES Congress. September 2014, Napoli. Italy. **Vitale J.A.**, Roveda E., Montaruli A., Galasso L., Caumo A., Carandente F.. "Influence of chronotype on the circadian rhythm of activity levels" (poster presentation).
8. 69th SIAI Congress. September 2015, Ferrara, Italy. **Vitale J.A.**, Roveda E., Caumo A., Galasso L., Bruno E., Carandente F., Montaruli A. "Anthropometric indices of adiposity and fasting glucose metabolism in breast cancer survivors: effects of aerobic physical activity" (poster presentation).
9. 20th annual congress of ECSS, June 2015, Malmo, Sweden. **Vitale J.A.**, Roveda E., Bruno E., Montaruli A., Galasso L., Berrino F., Caumo A., Carandente F. "Aerobic 3-month physical activity program in breast cancer survivors: effects on sleep behavior, anthropometric indices of adiposity and fasting glucose metabolism." (oral presentation).

10. 20th annual congress of ECSS, June 2015, Malmo, Sweden. Bruno E., Roveda E., **Vitale J.A.**, Montaruli A., Caumo A., Carandente F. "Circadian rhythm of activity levels: influence of chronotype." (oral presentation).
11. 7th SISMES Congress. October 2015, Padova. Italy. **Vitale J.A.**, Roveda E., Caumo A., Montaruli A., Galasso L., LaTorre A., Carandente F. "A profile of Italian players of American football: anthropometric and physical performance differences among playing positions and comparison with non-drafted USA players" (oral presentation).
12. 7th SISMES Congress. October 2015, Padova. Italy. Galasso L., **Vitale J.A.**, Parrello A., Roveda E., Montaruli A., Carandente F. "Chronotype influences the perception of effort in relation to an aerobic physical test in different times of day" (poster presentation).
13. 21st annual congress of ECSS, July 2016, Vienna, Austria. **Vitale J.A.**, Weydahl A., Bjoereset E., Campana A., Panizza G. "Training effect during the polarnight in different chronotypes"(poster presentation).
14. 21st annual congress of ECSS, July 2016, Vienna, Austria. Bonato M., **Vitale J.A.**, Mancuso G., Merati G., La Torre A. "Morningness/eveningness effects on autonomic function during a high intensity interval training protocol in soccer players. a randomized cross-over study". (oral presentation).
15. 21st annual congress of ECSS, July 2016, Vienna, Austria. Galasso L., **Vitale J.A.**, Bonato M., La Torre A., Carandente F. "Actigraphy-based sleep behavior and high intensity interval training : the chronotype effect". (poster presentation).
16. 70th SIAI Congress. September 2016, Roma, Italy. **Vitale J.A.**, Caumo A., Roveda E., Galasso L., Carandente F., La Torre A., Battaglini C.L., Montaruli A. "Anthropometric and performance differences among playing positions between Italian and American high school football players" (poster presentation).
17. 70th SIAI Congress. September 2016, Roma, Italy. **Vitale J.A.**, Roveda E., Caumo A., Galasso L., Bruno E., Carandente F., Montaruli A. "Actigraphy-based activity levels and anthropometric measurements in breast cancer survivors: effects of aerobic physical activity" (poster presentation).
18. 70th SIAI Congress. September 2016, Roma, Italy. Galasso L., **Vitale J.A.**, Lovecchio N., Merati N., Carandente F., Roveda E., Montaruli A. "Physical performance in high school students: effect of chronotype"(poster presentation). I.
19. 70th SIAI Congress. September 2016, Roma, Italy. Galasso L., Montagna L., **Vitale J.A.**, Vettoretti S., Caldiroli L., Roveda E., Carandente F., Montaruli A. "Anthropometric indices of sarcopenia in patients with Chronic Kidney Disease"(poster presentation).
20. 8th SISMES Congress. October 2016, Roma. Italy. Galasso L., Montaruli A., **Vitale J.A.**, Caumo A., Esposito F., Erzegovesi S., Carandente F., Roveda E. "Physical activity effect on subjects with Binge Eating Disorder: a group therapy program" (oral presentation).
21. 8th SISMES Congress. October 2016, Roma. Italy. Galasso L., Montagna L., Vettoretti S., **Vitale J.A.**, Montaruli A., Caldiroli L., Esposito F., Carandente F., Roveda E. "Assessment of motor skills in elderly with Chronic Kidney Disease" (poster presentation).
22. 8th SISMES Congress. October 2016, Roma. Italy. **Vitale J.A.**, La Torre A., Dazzan E. "Star Excursion Balance Test performance varies between elite and non-professional female volleyball players: a comparative study" (poster presentation).
23. 8th SISMES Congress. October 2016, Roma. Italy. **Vitale J.A.**, Bonato M., Galasso L., Roveda E., Montaruli A., La Torre A., Carandente F. "High Intensity Interval Training (HIIT) and actigraphy-based sleep behavior in soccer players: the chronotype effect" (oral presentation).
24. 23rd Congress of the European Society of Biomechanics (ESB). July 2017. Seville, Spain. J.A. **Vitale**, T. Bassani, F. Galbusera, G. Casaroli. A. Bianchi, N. Martinelli. "Acute and overuse lower limb injuries and associated risk factors in martial artists" (poster presentation).
25. 9th SISMES Congress. October 2017, Brescia. Italy. **Vitale J.A.**, F. Devetag S. Colnago G. Modanesi G. Lombardi, A. La Torre. "The effects of a mattress on actigraphy-based sleep quality in professional volleyball players." (poster presentation)
26. 9th SISMES Congress. October 2017, Brescia. Italy. **Vitale J.A.**, S. Gentile, A. Mandolesi, A. La Torre. "The ObLoMoV project: Obesity and Low Motility Victims. Physical high-intensity short shocks and theatre short stories to convert inactive victims into players" (poster presentation)
27. 3rd Sport Nutrition International Conference (SINSeB) Bologna, 2018. **Vitale J.A.** come **invited lecturer** "Sleep In Injury Prevention: The reciprocal relationship between sleep and exercise" (oral presentation)

28. AIESEP World Congress, July 2018, Edinburgh, Scotland. **Vitale J.A.**, L. Pasetti. Integrating high intensity intermittent training (HIIT) in theatre open scenarios: foundations of an original approach. (oral presentation)
29. 24th Congress of the European Sleep Research Society. Basel, Switzerland. September, 2018. **Vitale J. A.**, G. Banfi, A. Galbiati, L. Ferini-Strambi, A. La Torre. Night-competition affects sleep quality and perceived recovery in top-level athletes (poster presentation)
30. 10th SISMES Congress. October 2018, Messina, Italy. **Vitale J.A.**, M. Bonato, M. Longari, A. La Torre. Sleep Hygiene (SH) improves sleep latency but not sleep quality in response to an acute evening session of small-sided games (SSG) in soccer players. (oral presentation).
31. **Vitale J.A.** co-chairman, with Prof. Shona Halson, for the symposium "Sleep in elite athletes: Implications for performance and recommendations for optimal recovery" at the World Sleep Congress 2019, Vancouver, Canada. Oral presentation titled "The influence of chronotype and training schedules on athletes' sleep"
32. 12th SISMES Congress. October 2021, Padova, Italy. **Vitale J.A.**, A. Galbiati, D. Levendowski, L. Ferini-Strambi, G. Banfi. Changes in sleep architecture in response to a late evening competition in team sport athletes (poster presentation).
33. 12th SISMES Congress. October 2021, Padova, Italy. **Vitale J.A.**, L. Mininno, L. Filipas, A. La Torre. Effect of mental fatigue and subsequent 20-min daytime napping on sleepiness and cognitive performance in endurance athletes (oral presentation).

CONSEGUIMENTO DI PREMI E RICONOSCIMENTI PER ATTIVITÀ DI RICERCA SCIENTIFICA

- 2018. **Young Italian Investigator Award (1° posizionato)**. Premio alla produzione scientifica del triennio 2016-2018. Congresso **SISMES** (Società Italiana delle Scienze Motorie E Sportive), Ottobre 2018, Messina, Italia. Premio: Registrazione al congresso SISMES 2019 e 2.000 euro.
- 2016. **Best poster Award**. Congresso **SISMES** (Società Italiana delle Scienze Motorie E Sportive), Ottobre 2016, Roma, Italia. Titolo del poster: "Star Excursion Balance Test performance varies between elite and non-professional female volleyball players: a comparative study". Premio: Registrazione al congresso SISMES 2019.
- 2015. **Miglior tesi sperimentale** presentata al "Master in riabilitazione e rieducazione funzionale nello sport", Maggio 2015, Edi Academy, Milano, Italia. Titolo della tesi: "Valutazione dell'equilibrio dinamico-posturale in atlete professioniste ed amatoriali di pallavolo" Premio: borsa di studio di 200 euro.
- 2012. **Borsa di studio triennale** per Dottorato di Ricerca (PhD) in Scienze dello Sport.
- 2012. **Borsa di studio Erasmus Placement** per tirocinio curriculare svolto presso Finnmark University College (oggi Università di Tromsø), Alta, Norvegia.

CONSEGUIMENTO DI VITTORIE E RICONOSCIMENTI PER ATTIVITÀ DI PREPARATORE ATLETICO

- 2022. **Vincitore campionato Serie D** con squadra ASD Leone XIII di pallacanestro, Milano (FIP). Promozione in C Silver.
- 2022. **Atleta FISI campione Italiano U18 Slalom Gigante**, vice-campione Italiano U18 Slalom Speciale e **vincitore classifica assoluta Gran Premio Italia U18**.
- 2019. **Vincitore campionato Promozione** con squadra ASD Leone XIII di pallacanestro, Milano (FIP). Promozione in Serie D.
- 2017. **Vice-campione Europeo** con squadra A1 Rhinos Milano di football Americano (FIDAF).
- 2016. **Campione Italiano Assoluto** con squadra A1 Rhinos Milano di football Americano (FIDAF).

CONSEGUIMENTO DI VITTORIE E RICONOSCIMENTI DA ATTIVITÀ DI CONSULENZA SCIENTIFICA

- All'interno delle attività di consulenza scientifica con FIDAL, il lavoro di gestione e monitoraggio del sonno si è svolto con atleti che ai **Giochi Olimpici di Tokyo 2021** hanno ottenuto n=3 medaglie d'oro e n=2 medaglie d'argento ai **Giochi Paraolimpici di Tokyo 2021**.
- Il lavoro di consulenza scientifica di gestione e monitoraggio del sonno si è esteso, sotto supervisione di commissione medico-scientifica FISI, anche con un'atleta FISI che ha ottenuto n=1 medaglia di argento ai **Giochi Olimpici Invernali di Pechino 2022**.

PRODUZIONE SCIENTIFICA

PUBBLICAZIONI SCIENTIFICHE

- Pubblicazioni “peer-review” totali: 77 (da elenco sottostante, 74 da Scopus)
- Indice di Hirsch (H-index): 21 (Scopus)
- Citazioni totali: 1267 (Scopus)

Valori aggiornati al 19/07/2022

NB: Per la lista completa dei papers e per valore di H-INDEX aggiornato consultare I seguenti profili:

- SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=55854056200>
- PUBMED: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Vitale+Jacopo+%5Bau%5D>

1. **Vitale, J. A.**, Calogiuri, G., & Weydahl, A. (2013). Influence of chronotype on responses to a standardized, self-paced walking task in the morning vs afternoon: a pilot study. *Perceptual and motor skills*, 116(3), 1020-1028. <https://doi.org/10.2466/06.19.PMS.116.3.1020-1028>
2. Tringali, C., Scala, L., Silvestri, I., **Vitale, J.A.**, Scurati, R., Michielon, G., Alberti, G., & Venerando, B. (2014). Protective role of 17- β -estradiol towards IL-6 leukocyte expression induced by intense training in young female athletes. *Journal of sports sciences*, 32(5), 452-461. <https://doi.org/10.1080/02640414.2013.830190>
3. **Vitale, J. A.**, Roveda, E., Montaruli, A., Galasso, L., Weydahl, A., Caumo, A., & Carandente, F. (2015). Chronotype influences activity circadian rhythm and sleep: differences in sleep quality between weekdays and weekend. *Chronobiology international*, 32(3), 405-415. <https://doi.org/10.3109/07420528.2014.986273>
4. Rossi, A., Formenti, D., **Vitale, J. A.**, Calogiuri, G., & Weydahl, A. (2015). THE EFFECT OF CHRONOTYPE ON PSYCHOPHYSIOLOGICAL RESPONSES DURING AEROBIC SELF-PACED EXERCISES. *Perceptual and motor skills*, 121(3), 840-855. <https://doi.org/10.2466/27.29.PMS.121c28x1>
5. **Vitale, J. A.**, Caumo, A., Roveda, E., Montaruli, A., La Torre, A., Battaglini, C. L., & Carandente, F. (2016). Physical Attributes and NFL Combine Performance Tests Between Italian National League and American Football Players: A Comparative Study. *Journal of strength and conditioning research*, 30(10), 2802-2808. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001377>
6. **Vitale, J. A.**, Bonato, M., Galasso, L., La Torre, A., Merati, G., Montaruli, A., Roveda, E., & Carandente, F. (2017). Sleep quality and high intensity interval training at two different times of day: A crossover study on the influence of the chronotype in male collegiate soccer players. *Chronobiology international*, 34(2), 260-268. <https://doi.org/10.1080/07420528.2016.1256301>
7. **Vitale, J.A.**, Montaruli, A., Michielon, G., Scurati, R., Alberti, G., Carandente, F., & Roveda E. (2017) Sleep quality and cytokine expression after an exhaustive exercise: influence of ACE polymorphism I/D. *Sleep and biological rhythm*, 15(1):31-37. <https://doi.org/10.1007/s41105-016-0077-3>
8. Roveda, E., **Vitale, J.A.**, Montaruli, A., Galasso, L., Carandente, F., & Caumo, A. (2017). Predicting the actigraphy-based acrophase using the Morningness-Eveningness Questionnaire (MEQ) in college students of North Italy. *Chronobiology international*, 34(5), 551-562. <https://doi.org/10.1080/07420528.2016.1276928>
9. Lombardi, G., **Vitale, J. A.**, Logoluso, S., Logoluso, G., Cocco, N., Cocco, G., Cocco, A., & Banfi, G. (2017). Circannual rhythm of plasmatic vitamin D levels and the association with markers of psychophysical stress in a cohort of Italian professional soccer players. *Chronobiology international*, 34(4), 471-479. <https://doi.org/10.1080/07420528.2017.1297820>
10. Bonato, M., La Torre, A., Saresella, M., Marventano, I., Merati, G., & **Vitale, J. A.** (2017). Salivary cortisol concentration after high-intensity interval exercise: Time of day and chronotype effect. *Chronobiology international*, 34(6), 698-707. <https://doi.org/10.1080/07420528.2017.1311336>
11. Montaruli, A., Galasso, L., Carandente, F., **Vitale, J. A.**, Roveda, E., & Caumo, A. (2017). If the Morning-Evening Questionnaire (MEQ) is able to predict the actigraphy-based acrophase, how does its reduced, five-item version (rMEQ) perform?. *Chronobiology international*, 34(4), 443-444. <https://doi.org/10.1080/07420528.2017.1306708>
12. **Vitale, J. A.**, Bjoerkesett, E., Campana, A., Panizza, G., & Weydahl, A. (2017). Chronotype and response to training during the polar night: a pilot study. *International journal of circumpolar health*, 76(1), 1320919. <https://doi.org/10.1080/22423982.2017.1320919>
13. Roveda, E., **Vitale, J. A.**, Bruno, E., Montaruli, A., Pasanisi, P., Villarini, A., Gargano, G., Galasso, L., Berrino, F., Caumo, A., & Carandente, F. (2017). Protective Effect of Aerobic Physical Activity on Sleep Behavior in Breast Cancer Survivors. *Integrative cancer therapies*, 16(1), 21-31. <https://doi.org/10.1177/1534735416651719>

14. Bonato, M., Agnello, L., Galasso, L., Montaruli, A., Roveda, E., Merati, G., La Torre, A., & Vitale, J. A. (2017). Acute Modification of Cardiac Autonomic Function of High-Intensity Interval Training in Collegiate Male Soccer Players with Different Chronotype: A Cross-Over Study. *Journal of sports science & medicine*, 16(2), 286-294.
15. Vitale, J. A., La Torre, A., Baldassarre, R., Piacentini, M. F., & Bonato, M. (2017). Ratings of Perceived Exertion and Self-reported Mood State in Response to High Intensity Interval Training. A Crossover Study on the Effect of Chronotype. *Frontiers in psychology*, 8, 1232. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01232>
16. Brayda-Bruno, M., Viganò, M., Cauci, S., Vitale, J. A., de Girolamo, L., De Luca, P., Lombardi, G., Banfi, G., & Colombini, A. (2017). Plasma vitamin D and osteo-cartilaginous markers in Italian males affected by intervertebral disc degeneration: Focus on seasonal and pathological trend of type II collagen degradation. *Clinica chimica acta; international journal of clinical chemistry*, 471, 87-93. <https://doi.org/10.1016/j.cca.2017.05.028>
17. Vitale, J. A., & Weydahl, A. (2017). Chronotype, Physical Activity, and Sport Performance: A Systematic Review. *Sports medicine (Auckland, N.Z.)*, 47(9), 1859-1868. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0741-z>
18. Bruno, E., Roveda, E., Vitale, J.A., Montaruli, A., Berrino, F., Villarini, A., Venturelli, E., Gargano, G., Galasso, L., Caumo, A., Carandente, F., & Pasanisi, P. (2018). Effect of aerobic exercise intervention on markers of insulin resistance in breast cancer women. *European journal of cancer care*, 27(2), e12617. <https://doi.org/10.1111/ecc.12617>
19. Messina, C., Maffi, G., Vitale, J. A., Ulivieri, F. M., Guglielmi, G., & Sconfienza, L. M. (2018). Diagnostic imaging of osteoporosis and sarcopenia: a narrative review. *Quantitative imaging in medicine and surgery*, 8(1), 86-99. <https://doi.org/10.21037/qims.2018.01.01>
20. Vitale, J. A., Lombardi, G., Cavaleri, L., Graziani, R., Schoenhuber, H., Torre, A., & Banfi, G. (2018). Rates of insufficiency and deficiency of vitamin D levels in elite professional male and female skiers: A chronobiologic approach. *Chronobiology international*, 35(4), 441-449. <https://doi.org/10.1080/07420528.2017.1410828>
21. Vitale, J. A., La Torre, A., Banfi, G., & Bonato, M. (2018). Effects of an 8-Week Body-Weight Neuromuscular Training on Dynamic Balance and Vertical Jump Performances in Elite Junior Skiing Athletes: A Randomized Controlled Trial. *Journal of strength and conditioning research*, 32(4), 911-920. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002478>
22. Messina, C., Maffi, G., Vitale, J. A., Ulivieri, F. M., Guglielmi, G., & Sconfienza, L. M. (2018). Erratum to "Diagnostic imaging of osteoporosis and sarcopenia: a narrative review". *Quantitative imaging in medicine and surgery*, 8(3), 372. <https://doi.org/10.21037/qims.2018.04.07>
23. Riva, A., Vitale, J. A., Belcaro, G., Hu, S., Feragalli, B., Vinciguerra, G., Cacchio, M., Bonanni, E., Giacomelli, L., Eggenhöfner, R., & Togni, S. (2018). Quercetin phytosome® in triathlon athletes: a pilot registry study. *Minerva medica*, 109(4), 285-289. <https://doi.org/10.23736/S0026-4806.18.05681-1>
24. Vitale, J. A., Bassani, T., Galbusera, F., Bianchi, A., & Martinelli, N. (2018). Injury rates in martial arts athletes and predictive risk factors for lower limb injuries. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 58(9), 1296-1303. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.17.07536-3>
25. Vitale, J. A., Lombardi, G., Weydahl, A., & Banfi, G. (2018). Biological rhythms, chronodisruption and chrono-enhancement: The role of physical activity as synchronizer in correcting steroids circadian rhythm in metabolic dysfunctions and cancer. *Chronobiology international*, 35(9), 1185-1197. <https://doi.org/10.1080/07420528.2018.1475395>
26. Vitale, J. A., Povia, V., Vitale, N. D., Bassani, T., Lombardi, G., Giacomelli, L., Banfi, G., & La Torre, A. (2018). The effect of two different speed endurance training protocols on a multiple shuttle run performance in young elite male soccer players. *Research in sports medicine (Print)*, 26(4), 436-449. <https://doi.org/10.1080/15438627.2018.1492402>
27. Vitale, J. A., Banfi, G., La Torre, A., & Bonato, M. (2018). Effect of a Habitual Late-Evening Physical Task on Sleep Quality in Neither-Type Soccer Players. *Frontiers in physiology*, 9, 1582. <https://doi.org/10.3389/fphys.2018.01582>
28. Vitale, J.A., Devetag, F., Colnago, S., & La Torre A. (2019). Effect of mattress on actigraphy-based sleep quality and perceived recovery in top-level athletes: a randomized, double-blind, controlled trial. *Biological Rhythm Research. Biological Rhythm Research*, 50(5), 689-702. <https://doi.org/10.1080/09291016.2018.1490864>
29. Vitale, J. A., Banfi, G., Galbiati, A., Ferini-Strambi, L., & La Torre, A. (2019). Effect of a Night Game on Actigraphy-Based Sleep Quality and Perceived Recovery in Top-Level Volleyball Athletes. *International journal of sports physiology and performance*, 14(2), 265-269. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2018-0194>

30. **Vitale, J. A., Banfi, G., Sias, M., & La Torre, A. (2019).** Athletes' rest-activity circadian rhythm differs in accordance with the sport discipline. *Chronobiology international*, 36(4), 578-586. <https://doi.org/10.1080/07420528.2019.1569673>
31. **Vitale, J. A., Vitale, N. D., Cavaleri, L., Dazzan, E., Lombardi, G., Mascagni, P., La Torre, A., & Banfi, G. (2019).** Level- and sport-specific Star Excursion Balance Test performance in female volleyball players. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 59(5), 733-742. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.18.08691-7>
32. **Vitale, J. A., Bonato, M., La Torre, A., & Banfi, G. (2019).** Heart Rate Variability in Sport Performance: Do Time of Day and Chronotype Play A Role?. *Journal of clinical medicine*, 8(5), 723. <https://doi.org/10.3390/jcm8050723>
33. **Vitale, J. A., La Torre, A., & Banfi, G. (2019).** If RAR's acrophase is influenced by the sport discipline, how actigraphy-based sleep parameters vary in triathlon, volleyball and soccer athletes?. *Chronobiology international*, 36(6), 735-738. <https://doi.org/10.1080/07420528.2019.1594246>
34. **Vitale, J. A., Negrini, F., Rebagliati, G., Giacomelli, L., Donzelli, S., & Banfi, G. (2019).** Actigraphy-based Sleep Parameters and Rest-activity Circadian Rhythm in a Young Scoliotic Patient Treated with Rigid Bracing: A Case Study. *The Yale journal of biology and medicine*, 92(2), 205-212.
35. **Vitale, J.A., Castellini, G., Gianola, S. et al. (2019).** Analysis of the Christiania stop in professional roller hockey players with and without previous groin pain: a prospective case series study. *Sport Sciences for Health* 15, 641-646. <https://doi.org/10.1007/s11332-019-00565-x>
36. **Vitale, J. A., Bonato, M., La Torre, A., & Banfi, G. (2019).** The Role of the Molecular Clock in Promoting Skeletal Muscle Growth and Protecting against Sarcopenia. *International journal of molecular sciences*, 20(17), 4318. <https://doi.org/10.3390/ijms20174318>
37. **Vitale, J. A., Banfi, G., Belli, E., Negrini, F., & La Torre, A. (2019).** A 9-month multidisciplinary rehabilitation protocol based on early postoperative mobilization following a chronic-degenerative patellar tendon rupture in a professional soccer player. *European journal of physical and rehabilitation medicine*, 55(5), 676-681. <https://doi.org/10.23736/S1973-9087.18.05479-5>
38. **Marullo, M., Vitale, J. A., Stucovitz, E., & Romagnoli, S. (2019).** Simultaneous bilateral unicompartmental knee replacement improves gait parameters in patients with bilateral knee osteoarthritis. *The Knee*, 26(6), 1413-1420. <https://doi.org/10.1016/j.knee.2019.08.014>
39. **Vitale, J. A., La Torre, A., Banfi, G., & Bonato, M. (2019).** Acute sleep hygiene strategy improves objective sleep latency following a late-evening soccer-specific training session: A randomized controlled trial. *Journal of sports sciences*, 37(23), 2711-2719. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1661938>
40. **Briguglio, M., Vitale, J. A., Galentino, R., Banfi, G., Zanaboni Dina, C., Bona, A., Panzica, G., Porta, M., Dell'Osso, B., & Glick, I. D. (2020).** Healthy Eating, Physical Activity, and Sleep Hygiene (HEPAS) as the Winning Triad for Sustaining Physical and Mental Health in Patients at Risk for or with Neuropsychiatric Disorders: Considerations for Clinical Practice. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 16, 55-70. <https://doi.org/10.2147/NDT.S229206>
41. **Vitale, J. A., Briguglio, M., Galentino, R., Dell'Osso, B., Malgaroli, A., Banfi, G., & Porta, M. (2020).** Exploring circannual rhythms and chronotype effect in patients with Obsessive-Compulsive Tic Disorder (OCTD): A pilot study. *Journal of affective disorders*, 262, 286-292. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.040>
42. **Bonato, M., Merati, G., La Torre, A., Saresella, M., Marvetano, I., Banfi, G., & Vitale, J. A. (2020).** Effect of Acute Sleep Hygiene on Salivary Cortisol Level Following A Late Night Soccer-Specific Training Session. *Journal of sports science & medicine*, 19(1), 235-236.
43. **Vitale, J. A., Povia, V., Belli, E., Lombardi, G., Banfi, G., & La Torre, A. (2020).** Are two different speed endurance training protocols able to affect the concentration of serum cortisol in response to a shuttle run test in soccer players?. *Research in sports medicine (Print)*, 28(2), 293-301. <https://doi.org/10.1080/15438627.2019.1635131>
44. **Albano, D., Messina, C., Vitale, J.A., & Sconfienza, L. M. (2020).** Imaging of sarcopenia: old evidence and new insights. *European radiology*, 30(4), 2199-2208. <https://doi.org/10.1007/s00330-019-06573-2>
45. **Bodini, B.D., Lucenteforte, G., Serafin, P., Barone, L., Vitale, J.A., Serafin, A., Sansone, V., & Negrini, F. (2020).** Do Grade II Ankle Sprains Have Chronic Effects on the Functional Ability of Ballet Dancers Performing Single-Leg Flat-Foot Stance? An Observational Cross-Sectional Study. *Applied Sciences*, 10(1), 155. <https://doi.org/10.3390/app10010155>
46. **Negrini, F., Gasperini, G., Guanziroli, E., Vitale, J. A., Banfi, G., & Molteni, F. (2020).** Using an Accelerometer-Based Step Counter in Post-Stroke Patients: Validation of a Low-Cost Tool. *International journal of environmental research and public health*, 17(9), 3177. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093177>

47. **Vitale, J. A.**, Perazzo, P., Silingardi, M., Biffi, M., Banfi, G., & Negrini, F. (2020). Is disruption of sleep quality a consequence of severe Covid-19 infection? A case-series examination. *Chronobiology international*, 37(7), 1110-1114. <https://doi.org/10.1080/07420528.2020.1775241>
48. Messina, C., **Vitale, J. A.**, Pedone, L., Chianca, V., Vicentin, I., Albano, D., Gitto, S., & Sconfienza, L. M. (2020). Critical appraisal of papers reporting recommendation on sarcopenia using the AGREE II tool: a EuroAIM initiative. *European journal of clinical nutrition*, 74(8), 1164-1172. <https://doi.org/10.1038/s41430-020-0638-z>
49. Chirico, A., Lucidi, F., Galli, F., Giancamilli, F., **Vitale, J.A.**, Borghi, S., La Torre, A., & Codella, R. (2020). COVID-19 Outbreak and Physical Activity in the Italian Population: A Cross-Sectional Analysis of the Underlying Psychosocial Mechanisms. *Frontiers in psychology*, 11, 2100. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02100>
50. Bonato, M., La Torre, A., Marventano, I., Saresella, M., Merati, G., Banfi, G., & **Vitale, J. A.** (2020). Effect of High-Intensity Interval Training Versus Small-Sided Games Training on Sleep and Salivary Cortisol Level. *International journal of sports physiology and performance*, 1-8. Advance online publication. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2019-0498>
51. Romagnoli, S., **Vitale, J. A.**, & Marullo, M. (2020). Outcomes of lateral unicompartamental knee arthroplasty in post-traumatic osteoarthritis, a retrospective comparative study. *International orthopaedics*, 44(11), 2321-2328. <https://doi.org/10.1007/s00264-020-04665-z>
52. **Vitale, J. A.**, Bonato, M., Borghi, S., Messina, C., Albano, D., Corbetta, S., Sconfienza, L. M., & Banfi, G. (2020). Home-Based Resistance Training for Older Subjects during the COVID-19 Outbreak in Italy: Preliminary Results of a Six-Months RCT. *International journal of environmental research and public health*, 17(24), 9533. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249533>
53. **Vitale, J. A.**, Messina, C., Albano, D., Fascio, E., Galbusera, F., Corbetta, S., Sconfienza, L. M., & Banfi, G. (2021). Appendicular Muscle Mass, Thigh Intermuscular Fat Infiltration, and Risk of Fall in Postmenopausal Osteoporotic Elder Women. *Gerontology*, 67(4), 415-424. <https://doi.org/10.1159/000513597>
54. Negrini, F., de Sire, A., Lazzarini, S. G., Pennestrì, F., Sorce, S., Arienti, C., & **Vitale, J. A.** (2021). Reliability of activity monitors for physical activity assessment in patients with musculoskeletal disorders: A systematic review. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation*, 34(6), 915-923. <https://doi.org/10.3233/BMR-200348>
55. Filipas, L., Ferioli, D., Banfi, G., La Torre, A., & **Vitale, J. A.** (2021). Single and Combined Effect of Acute Sleep Restriction and Mental Fatigue on Basketball Free-Throw Performance. *International journal of sports physiology and performance*, 16(3), 415-420. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2020-0142>
56. Borghi, S., Colombo, D., La Torre, A., Banfi, G., Bonato, M., & **Vitale, J. A.** (2021). Differences in GPS variables according to playing formations and playing positions in U19 male soccer players. *Research in sports medicine (Print)*, 29(3), 225-239. <https://doi.org/10.1080/15438627.2020.1815201>
57. **Vitale, J. A.**, Sansoni, V., Faraldi, M., Messina, C., Verdelli, C., Lombardi, G., & Corbetta, S. (2021). Circulating Carboxylated Osteocalcin Correlates With Skeletal Muscle Mass and Risk of Fall in Postmenopausal Osteoporotic Women. *Frontiers in endocrinology*, 12, 669704. <https://doi.org/10.3389/fendo.2021.669704>
58. Ulivi, M., Orlandini, L., **Vitale, J. A.**, Meroni, V., Prandoni, L., Mangiavini, L., Rossi, N., & Peretti, G. M. (2021). Direct superior approach versus posterolateral approach in total hip arthroplasty: a randomized controlled trial on early outcomes on gait, risk of fall, clinical and self-reported measurements. *Acta orthopaedica*, 92(3), 274-279. <https://doi.org/10.1080/17453674.2020.1865633>
59. Lastella, M., Halson, S. L., **Vitale, J. A.**, Memon, A. R., & Vincent, G. E. (2021). To Nap or Not to Nap? A Systematic Review Evaluating Napping Behavior in Athletes and the Impact on Various Measures of Athletic Performance. *Nature and science of sleep*, 13, 841-862. <https://doi.org/10.2147/NSS.S315556>
60. **Vitale, J. A.**, Bonato, M., Petrucci, L., Zucca, G., La Torre, A., & Banfi, G. (2021). Acute Sleep Restriction Affects Sport-Specific But Not Athletic Performance in Junior Tennis Players. *International journal of sports physiology and performance*, 16(8), 1154-1159. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2020-0390>
61. La Torre, A., **Vitale, J. A.**, Codella, R., & Filipa S, L. (2021). Road to Tokyo 2020: has this atypical 5-year Olympic cycle represented an opportunity?. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 61(8), 1039-1041. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.21.12715-X>
62. Janse van Rensburg, D. C., Jansen van Rensburg, A., Fowler, P. M., Bender, A. M., Stevens, D., Sullivan, K. O., Fullagar, H., Alonso, J. M., Biggins, M., Claassen-Smithers, A., Collins, R., Dohi, M.,

- Driller, M. W., Dunican, I. C., Gupta, L., Halson, S. L., Lastella, M., Miles, K. H., Nedelec, M., Page, T., ... **Vitale, J. A.**, Botha, T. (2021). Managing Travel Fatigue and Jet Lag in Athletes: A Review and Consensus Statement. *Sports medicine* (Auckland, N.Z.), 51(10), 2029-2050. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01502-0>
63. **Vitale, J. A.**, Borghi, S., Codella, R., Lastella, M., Nedelec, M., Banfi, G., & La Torre, A. (2021). Are elite track and field athletes on track? The impact of COVID-19 outbreak on sleep behavior and training characteristics. *Biology of sport*, 38(4), 741-751. <https://doi.org/10.5114/biolsport.2021.109950>
 64. **Vitale, J. A.**, Mathieu, N., Sabrina, S., & Michele, L. (2021). Editorial: The Reciprocal Relationship Between Sleep and Stress in Elite Athletes. *Frontiers in psychology*, 12, 797847. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.797847>
 65. **Vitale, J. A.**, Banfi, G., Tivolesi, V., Pelosi, C., Borghi, S., & Negrini, F. (2021). Rest-activity daily rhythm and physical activity levels after hip and knee joint replacement: the role of actigraphy in orthopedic clinical practice. *Chronobiology international*, 38(12), 1692-1701. <https://doi.org/10.1080/07420528.2021.1939365>
 66. Drobnic, F., Fonts, S., García-Alday, I., Petrangolini, G., Riva, A., Frattini, E., Allegrini, P., Togni, S., & **Vitale, J.A.** (2022). Efficacy of artichoke and ginger extracts with simethicone to treat gastrointestinal symptoms in endurance athletes: a pilot study. *Minerva gastroenterology*, 68(1), 77-84. <https://doi.org/10.23736/S2724-5985.20.02664-1>
 67. Fascio, E., **Vitale, J. A.**, Sirtori, P., Peretti, G., Banfi, G., & Mangiavini, L. (2022). Early Virtual-Reality-Based Home Rehabilitation after Total Hip Arthroplasty: A Randomized Controlled Trial. *Journal of clinical medicine*, 11(7), 1766. <https://doi.org/10.3390/jcm11071766>
 68. **Vitale, J. A.**, Galbiati, A., De Giacomi, G., Tornese, D., Levendowski, D., Ferini-Strambi, L., & Banfi, G. (2022). Sleep Architecture in Response to a Late Evening Competition in Team-Sport Athletes. *International journal of sports physiology and performance*, 17(4), 569-575. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2021-0292>
 69. **Vitale, J. A.**, Ieno, C., Baldassarre, R., Bonifazi, M., Vitali, F., La Torre, A., & Piacentini, M. F. (2022). The Impact of a 14-Day Altitude Training Camp on Olympic-Level Open-Water Swimmers' Sleep. *International journal of environmental research and public health*, 19(7), 4253. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074253>
 70. Galli, F., Giancamilli, F., Palombi, T., **Vitale, J. A.**, Borghi, S., De Maria, A., Cavicchiolo, E., Diotaiuti, P., La Torre, A., Zelli, A., Lucidi, F., Codella, R., & Chirico, A. (2022). Anxiety, Motives, and Intention for Physical Activity during the Italian COVID-19 Lockdown: An Observational Longitudinal Study. *International journal of environmental research and public health*, 19(8), 4689. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084689>
 71. Bonato, M., **Vitale, J. A.**, López Sánchez, G. F., & Codella, R. (2022). Editorial: Exercise Prescription and Psychological Determinants for Healthy Living. *Frontiers in psychology*, 13, 851852. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.851852>
 72. Romdhani, M., Rae, D. E., Nédélec, M., Ammar, A., Chtourou, H., Al Horani, R., Ben Saad, H., Bragazzi, N., Dönmez, G., Driss, T., Fullagar, H., Farooq, A., Garbarino, S., Hammouda, O., Hassanmirzaei, B., Khalladi, K., Khemila, S., Mataruna-Dos-Santos, L. J., Moussa-Chamari, I., Mujika, I., ..., **Vitale J.A.**, ..., Chamari, K. (2022). COVID-19 Lockdowns: A Worldwide Survey of Circadian Rhythms and Sleep Quality in 3911 Athletes from 49 Countries, with Data-Driven Recommendations. *Sports medicine* (Auckland, N.Z.), 52(6), 1433-1448. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01601-yù>
 73. Romdhani, M., Fullagar, H., **Vitale, J. A.**, Nédélec, M., Rae, D. E., Ammar, A., Chtourou, H., Al Horani, R. A., Ben Saad, H., Bragazzi, N. L., Dönmez, G., Dergaa, I., Driss, T., Farooq, A., Hammouda, O., Harroum, N., Hassanmirzaei, B., Khalladi, K., Khemila, S., Mataruna-Dos-Santos, L. J., ... Chamari, K. (2022). Lockdown Duration and Training Intensity Affect Sleep Behavior in an International Sample of 1,454 Elite Athletes. *Frontiers in physiology*, 13, 904778. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.904778>
 74. Rolli, F., **Vitale, J. A.**, Pugliese, L., Boccia, G., LA Torre, A., & Pollitt, L. (2022). The impact of foot angle on lower limb muscles activity during the back squat and counter movement jump. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 62(7), 890-897. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.21.12588-5>
 75. Belli, E., Filipas, L., LA Torre, A., & **Vitale, J. A.** (2022). Incidence of injuries in semi-professional soccer: a six-month retrospective study in the Italian fourth division. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 62(7), 938-943. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.21.12392-8>
 76. Romdhani, M., Ammar, A., Trabelsi, K., Chtourou, H., **Vitale, J.A.**, Masmoudi, L., Nédélec, M., Rae, D.E., Al Horani, R.A., Ben Saad, H., Bragazzi, N., Dönmez, G., Dergaa, I., Driss, T., Farooq, A.,

- Hammouda, O., Harroum, N., .. Chamari, K. Ramadan Observance Exacerbated the Negative Effects of COVID-19 Lockdown on Sleep and Training Behaviors: A International Survey on 1,681 Muslim Athletes. *Frontiers in Nutrition*, 9:925092. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.925092>
77. Borghi, S., Bonato, M., La Torre, A., Banfi, G., & Vitale, J. A. (2022). Interrelationship among thigh intermuscular adipose tissue, cross-sectional area, muscle strength, and functional mobility in older subjects. *Medicine*, 101(26), e29744. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000029744>

BOOK CHAPTERS

1. Stucovitz, E., Vitale, J.A., Galbusera, F. (2018). In Vivo Measurements: Motion Analysis. In: *Biomechanics of the Spine*. 2018. Elsevier.
2. Vitale, J.A., Negrini, F. Banfi, G. (2018). Non-pharmacological interventions for osteosarcopenia. In: *Osteosarcopenia: Bone, Muscle and Fat Interactions*. Springer.

ARTICOLI DIVULGATIVI SU RIVISTE DI SETTORE (non peer-review)

1. Vitale, J.A., Alberti, G., Carandente, F (2013). Possono i ritmi biologici ed il cronotipo influenzare la risposta all'attività fisica?. *Scienza e Sport*, Volume 19.
2. Roveda, E., Vitale, J.A., Galasso, L., Carandente, F. (2016). Riadattamento degli atleti dopo volo transcontinentale. *Sport&Medicina*, Aprile-Giugno.
3. Vitale, J.A., Caumo, A., La Torre, A. (2016). Il football americano: il modello fisiologico, le differenze tra ruoli ed il confronto tra Italia e USA. *Scienza e Sport*, Volume 30.
4. Belli, E. Vitale, J.A., La Torre, A. (2019). La gestione di un periodo congestionato di partite ufficiali nei dilettanti: differenze tra settimana tipo e turno infrasettimanale. *Scienza e Sport*, Volume 43.
5. Villa, F., La Torre, A., Vitale, J.A. (2020). Progettualità: tecniche teatrali per promuovere il movimento. *E.F. la rivista di Educazione Fisica, Scienze Motorie e Sport*, Volume 3/2020.

Data

19/07/2022

Luogo

Milano