



## Curriculum Vitae Europass

### Informazioni personali

Nome / Cognome **Annalisa Cogo**

Indirizzo

Telefono

Cellulare:

Fax

E-mail **annalisa.cogo@unife.it**

Cittadinanza **Italiana**

### Occupazione

**Esperienza professionale** Professore Associato in Metodi e Didattiche dell'Attività Motoria, Università di Ferrara

Responsabile del Laboratorio per valutazione Esercizio Fisico, Azienda Ospedaliero  
Universitaria Ferrara

**Lavoro o posizione ricoperti** 1978-1981 Assistente incaricato supplente Malattie Respiratorie, Università di Milano  
1981-1993 Ricercatore Universitario Malattie Respiratorie, Università di Milano  
1993-2003 Ricercatore Universitario Malattie Respiratorie, Università di Ferrara  
2003-2014 Professore Associato Malattie Respiratorie Università di Ferrara  
2014- oggi Professore Associato in Metodi e Didattiche dell'Attività Motoria, Università di  
Ferrara  
2017: ASN a Professore Ordinario settore concorsuale 06N2

**Principali attività e responsabilità** Da 01.11.2005 a 31.07.2018 Direttore Centro Studi Biomedici applicati allo Sport, Università  
di Ferrara  
Da 01.11.2012 a 31.10.2018 Coordinatore del Corso di Studio in Scienze Motorie e In  
Scienze dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata, Università di Ferrara  
Dal 2009 a oggi Direttore della Scuola di Specializzazione in Medicina dello Sport e  
dell'Esercizio, Università di Ferrara

**Datore di lavoro** Università di Ferrara via Ariosto 25 Ferrara

**Istruzione e formazione** Laurea in Medicina e Chirurgia

<b>Titolo della qualifica rilasciata</b>	<p>1982 specializzazione in Fisiopatologia e Fisiokinesiterapia Respiratoria, Università di Milano</p> <p>1978 specializzazione in malattie Apparato Respiratorio, Università di Milano</p> <p>1975 Laurea in Medicina e Chirurgia 110/110 e lode, Università di Milano</p> <p>1969 Maturità Classica Liceo Beccaria, Milano</p> <p><u>1997-1998</u> Visiting Scientist presso il Meakins-Christie Laboratori, Mc Gill University, Montreal, Canada. In questo periodo è stata direttamente responsabile di un progetto sull'effetto dell'ipossia sulla crescita delle cellule del muscolo liscio bronchiale.</p> <p><u>1988</u>: 3 mesi presso il Webb Waring Lung Institute, Denver, Colorado, diretto dal prof Thomas Petty, per l'acquisizione delle basi organizzative della riabilitazione respiratoria domiciliare e dell'home care e dei programmi antifumo</p>
<b>Competenze professionali</b>	<p>Valutazione e Diagnostica Funzionale Respiratoria compreso Test da sforzo cardiorespiratorio</p> <p>Riabilitazione Respiratoria in particolare riallenamento all'esercizio fisico</p> <p>Fisiopatologia d'alta quota</p>

## Capacità e competenze personali

Fin dai primi anni dopo la laurea si è interessata di fisiopatologia respiratoria, con progetti di ricerca ed attività pratica, sviluppando eccellenti capacità su tutte le metodiche di valutazione funzionale respiratoria sia per quanto riguarda l'uso delle strumentazioni sia per l'applicabilità delle diverse tecniche e la capacità diagnostica.

Dal 1980 si è dedicata allo studio della fisiopatologia dell'alta quota partecipando come ricercatore e/o coordinatore a 7 progetti di ricerca alla Piramide Laboratorio a 5050m in Nepal (nel 1991-92-94-96, 2003, 2004, 2006) ed a 3 progetti di ricerca alla Capanna Regina Margherita a 4559m sul Monte Rosa (1989, 1992, 2007). Ha maturato quindi un'elevata competenza sulle problematiche dell'esposizione all'altitudine, riconosciuta in ambito nazionale ed internazionale.

1993 ha organizzato il Laboratorio di Fisiopatologia Respiratoria presso la Sezione di Malattie Respiratorie dell'Università di Ferrara.

1999 ha seguito un corso teorico-pratico sul test da sforzo cardiorespiratorio (European Respiratory Practicum, Roma) acquisendo competenze nell'utilizzo del test da sforzo cardiopolmonare nella valutazione funzionale dei pazienti con malattie respiratorie.

2000 ha organizzato ed iniziato l'attività di diagnostica della capacità di esercizio e di riabilitazione respiratoria, in particolare il riallenamento all'esercizio fisico, per i pazienti con patologie respiratorie sempre presso l'Azienda Ospedale Università di Ferrara.

Dal 2003 responsabile dell'Ambulatorio e del Laboratorio di Diagnostica Funzionale Respiratoria (compreso test da sforzo cardiorespiratorio) della Clinica Pneumologica dell'Azienda Ospedale-Università di Ferrara.

Nel 2004 e 2010 ha organizzato e diretto a Ferrara il Corso teorico-pratico "Polmone ed Esercizio fisico".

Nel 2012 ha organizzato e diretto a Ferrara il corso Teorico Pratico "Esercizio fisico nella BPCO: dalla valutazione funzionale alla somministrazione"

Nel 2015 ha organizzato e diretto a Ferrara il Convegno "Asma, BPCO e esercizio fisico"

Dal 2006: responsabile del programma di riabilitazione respiratoria/riallenamento all'esercizio fisico presso l'Azienda Ospedale-Università di Ferrara.

Dal 2010 responsabile del progetto su Patologie respiratorie e cardiovascolari in una popolazione montana esposta ad inquinamento indoor, finanziato dal comitato EVK2CNR. Si sono svolti 4 periodi di ricerca sul campo nelle valli del Khumbu (Himalaya Nepalese) nel 2011 (Aprile e Ottobre), 2012, 2013.

Da questo progetto di ricerca è nato un progetto educativo sulla salute respiratoria rivolto soprattutto alle Scuole Medie Superiori, sostenuto dal MIUR, denominato Breathing Himalaya [www.breathinghimalaya.it](http://www.breathinghimalaya.it)

In sintesi:

Valutazione e Diagnostica Funzionale Respiratoria compreso Test da sforzo cardiorespiratorio.

Riabilitazione Respiratoria in particolare riallenamento all'esercizio fisico.

Fisiopatologia d'alta quota.

**Madrelingua** Italiano

**Altre lingue**

Autovalutazione  
Livello europeo (\*)

**Lingua**

**Lingua**

		Comprensione		Parlato		Scritto	
		Ascolto	Letture	Interazione orale	Produzione orale		
Inglese	B		C	B	C	C	
Francese	A		B	B	B	A	

(\*) [Quadro comune europeo di riferimento per le lingue](#)

<b>Capacità e competenze relazionali</b>	Le esperienze lavorative e di ricerca sia in Italia sia all'estero hanno consentito lo sviluppo di un'ottima capacità di vivere e lavorare in gruppo anche in ambiente multiculturale ed in condizioni difficili (alta quota).
<b>Capacità e competenze organizzative</b>	L'organizzazione e la coordinazione di progetti di ricerca e del lavoro in ambulatorio e nel laboratorio di valutazione funzionale respiratoria ha consentito lo sviluppo di ottime capacità e competenze organizzative anche in ambienti estremi.
	Nel <u>2004</u> partecipazione al corso sulla gestione dei gruppi di lavoro e sulla gestione dei conflitti nei gruppi di lavoro organizzato dall'Azienda Ospedale-Università di Ferrara.
	Nel <u>2011</u> partecipazione al corso "Da manager a leader", organizzato dall'Azienda Ospedale-Università di Ferrara
	Nel <u>2014 e 2015</u> partecipazione al corso "Sicurezza nei luoghi di lavoro" organizzato dall'Università di Ferrara
<b>Capacità e competenze tecniche</b>	Tutte le apparecchiature necessarie per un Laboratorio di Diagnostica Funzionale Respiratoria di alto livello.
<b>Capacità e competenze informatiche</b>	Principali pacchetti applicativi (Word, Excel, Power Point e Access) del sistema operativo Windows pacchetto statistico STAT View.

Corso di Laurea in Scienze Motorie

Allenamento in Altitudine nell'ambito del corso integrato "Medicina dello Sport e Traumatologia", dall'Anno Accademico 2001-2002 al 2009-2010

Riabilitazione Respiratoria nell'ambito del Corso integrato "Medicina fisica e riabilitativa", dall'Anno Accademico 2002-2003.

Responsabile del Tirocinio Formativo pre-laurea dall'Anno Accademico 2014-2015 a oggi.

Corso di Laurea Specialistica in Scienze e Tecniche dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata.

L'esercizio nelle Malattie Respiratorie nell'ambito del Corso integrato "Teorica Tecnica Didattica della Sport terapia delle malattie respiratorie e in gravidanza", dall'Anno Accademico 2004-2005 a oggi

Teoria, tecnica e Didattica dell'Attività Motoria e Sportiva per l'età evolutiva, adulta e anziana dall'Anno Accademico 2014-2015 a oggi.

Responsabile del Tirocinio Formativo pre-laurea dall'Anno Accademico 2014-2015 a oggi.

Esercizio in Ambiente Montano, corso a scelta dall'Anno Accademico 2011-2012 a oggi.

Corso di Laurea in Medicina e Chirurgia:

Diagnostica Funzionale Respiratoria (corso a scelta), dall'Anno Accademico 2002-2003

Malattie dell'Apparato Respiratorio: lezioni su Fisiopatologia Respiratoria, dall'Anno Accademico 1993-94

Scuola di Specializzazione in Malattie dell'Apparato Respiratorio

Fisiopatologia Respiratoria

Riabilitazione Respiratoria

Scuola di Specializzazione in Medicina dello Sport e dell'Esercizio Fisico

Malattie dell'Apparato Respiratorio

Dottorati di Ricerca

Dall'Anno Accademico 2003-2004 all'Anno Accademico 2005-2006 Docente al Dottorato di ricerca in Biologia cellulare e delle strutture sopra molecolari, dell'Università di Ferrara,

Dall'Anno Accademico 2006-2007 Responsabile del curriculum: Fisiopatologia e Biologia Respiratoria applicate all'esercizio fisico nell'ambito del Dottorato in Scienze Biomediche,

Dall'Anno Accademico 2013-2014 componente del Collegio dei Docenti del Dottorato di Ricerca in Scienze Biomediche e Biotecnologiche,

Docenze presso altre Università:

- Dal 1994 Docente al Corso di Perfezionamento in Medicina di Montagna dell'Università di Padova dove svolge annualmente lezioni su "Adattamenti ventilatori in alta quota" e "Malattie respiratorie e montagna"

- Dal 2012 Docente al Master in Medicina di Montagna dell'Università di Varese-Insubria dove svolge lezioni su Apparato respiratorio in Altitudine.

- Nel 2013, 2014 e 2015 docente al Corso di Perfezionamento dell'Università di Padova su "Esercizio e Patologie Croniche"

- Nel 2014 e 2015 docente al Corso di Alta Formazione dell'Università di Bologna per "Esperto nel miglioramento degli stili di vita".

Dall'Anno Accademico 2016-2017 incarico di insegnamento in Malattie Respiratorie (16 ore) alla Scuola di Specializzazione in Medicina dello Sport e dell'esercizio fisico di Bologna.

INTERNAZIONALI

Dal 1993 a oggi: componente dell'Advisory Committee e del Scientific Committee dell'Hypoxia

Symposium (cadenza biennale, Lake Louise, Canada)  
Dal 2005 al 2010 Vice Presidente dell'International Society Mountain Medicine  
Dal 2012 al 2019 componente del Scientific Committee dell'European College Sport Science

#### NAZIONALI

2000: chiamata dal Ministero della Salute a far parte della Commissione per i problemi della Sanità in Montagna  
Dal 2001 al 2014 coordinatore del settore Medicina e Fisiologia del progetto di ricerca del CNR denominato "EV-K2-CNR".  
Dal 2002 al 2005 Presidente della Società Italiana di Medicina di Montagna.  
Dal 2005 al 2011 componente del Direttivo della Società Italiana di Medicina di Montagna.  
Dal 2005 al 2008 Vice Presidente della Società Italiana di Pneumologia dello Sport.  
Dal 2008 al 2014 Presidente della Società Italiana di Pneumologia dello Sport.  
Dal 2014 componente del Direttivo della Società Italiana di Pneumologia dello Sport

#### Incarichi Editoriali

Componente dell'Editorial Board di High Altitude Medicine and Biology (editore Mary Anne Liebert New York)  
Giornale Italiano di Malattie del Torace

#### Revisore

European Respiratory Journal, European Respiratory Review, International Journal of Sport Medicine, Respiration, Lung, High Altitude Medicine and Biology, Extreme Physiology Journal, Chest, Sleep and Breathing, International Journal Chronic Obstructive Pulmonary Disease, Journal Applied Physiology, Sleep & Breathing

#### Brevetti

giugno 2013 brevetto internazionale relativo ad uno strumento per facilitare l'assunzione di farmaci per via inalatoria  
Application N° 131603953 Patent n° 1662

## PUBBLICAZIONI RECENTI

- 1: Pratali L, Marinoni A, **Cogo A**, Ujka K, Gilardoni S, Bernardi E, Bonasoni P, Bruno RM, Bastiani L, Vuillermoz E, Sdringola P, Fuzzi S. Indoor air pollution exposure effects on lung and cardiovascular health in the High Himalayas, Nepal: An observational study. *Eur J Intern Med.* 2019 Mar;61:81-87. doi: 10.1016/j.ejim.2018.10.023. Epub 2018 Nov
- 2: Bernardi E, Merlo C, **Cogo A**. Endothelial Function in COPD Is in an Intermediate Position Between Healthy Subjects and Coronary Artery Disease Patients and Is Related to Physical Activity. *Lung.* 2018 Dec;196(6):669-672. doi: 10.1007/s00408-018-0168-9. Epub 2018 Oct 3..
- 3: Bernardi E, Pomidori L, Cassutti F, **Cogo A**. Home-Based, Moderate-Intensity Exercise Training Using a Metronome Improves the Breathing Pattern and Oxygen Saturation During Exercise in Patients With COPD. *J Cardiopulm Rehabil Prev.* 2018 Nov;38(6):E16-E18. doi:10.1097/HCR.0000000000000360.
- 4: Ujka K, Bruno RM, Bastiani L, Bernardi E, Sdringola P, Dikic N, Basyal B, Bhandari SS, Basnyat B, **Cogo A**, Pratali L. Relationship Between Occupational Physical Activity and Subclinical Vascular Damage in Moderate-Altitude Dwellers. *High Alt Med Biol.* 2017 Sep;18(3):249-257. doi:10.1089/ham.2016.0104. Epub 2017 Sep 6.
- 5: Bernardi E, Pomidori L, Cavallari D, Mandolesi G, **Cogo A**. Residence at Moderate Versus Low Altitude Is Effective at Maintaining Higher Oxygen Saturation During Exercise and Reducing Acute Mountain Sickness Following Fast Ascent to 4559 m. *Wilderness Environ Med.* 2017 Jun;28(2):122-126. doi: 10.1016/j.wem.2017.02.004. Epub 2017 Apr 25.
- 6: Bernardi E, Pratali L, Mandolesi G, Spiridonova M, Roi GS, **Cogo A**. Thoraco-abdominal coordination and performance during uphill running at altitude. *PLoS One.* 2017 Mar 31;12(3):e0174927. doi: 10.1371/journal.pone.0174927. eCollection 2017.
- 7: Pomidori L, Lamberti N, Malagoni AM, Manfredini F, Pozzato E, Felisatti M, Catizone L, Barillà A, Zuccalà A, Tripepi G, Mallamaci F, Zoccali C, **Cogo A**. Respiratory muscle impairment in dialysis patients: can minimal dose of exercise limit the damage? A Preliminary study in a sample of patients enrolled in the EXCITE trial. *J Nephrol.* 2016 Dec;29(6):863-869. Epub 2016 Jun 16
- 8: Bernardi E, Pomidori L, Bassal F, Contoli M, **Cogo A**. Respiratory muscle training with normocapnic hyperpnea improves ventilatory pattern and thoracoabdominal coordination, and reduces oxygen desaturation during endurance exercise testing in COPD patients. *Int J Chron Obstruct Pulmon Dis.* 2015 Sep 10;10:1899-906. doi: 10.2147/COPD.S88609
- 9: Insalaco G, Salvaggio A, Pomidori L, **Cogo A**, Romano S. Heart rate variability during sleep at high altitude: effect of periodic breathing. *Sleep Breath.* 2016 Mar;20(1):197-204. doi:10.1007/s11325-015-1205-z. Epub 2015 Jun 4
- 10: Mandolesi G, Avancini G, Bartesaghi M, Bernardi E, Pomidori L, **Cogo A**. Long-term monitoring of oxygen saturation at altitude can be useful in predicting the subsequent development of moderate-to-severe acute mountain sickness. *Wilderness Environ Med.* 2014 Dec;25(4):384-91. doi: 10.1016/j.wem.2014.04.015. Epub 2014 Jul 11.
- 11: Bernardi E, Melloni E, Mandolesi G, Uliari S, Grazi G, **Cogo A**. Respiratory Muscle Endurance Training Improves Breathing Pattern in Triathletes. *Ann Sports Med Res.* 2014;(1):1003.
- 12: Bruno RM, **Cogo A**, Ghiadoni L, Duo E, Pomidori L, Sharma R, Thapa GB, Basnyat B, Bartesaghi M, Picano E, Sicari R, Taddei S, Pratali L. Cardiovascular function in healthy Himalayan high-altitude dwellers. *Atherosclerosis.* 2014 Sep;236(1):47-53. doi: 10.1016/j.atherosclerosis.2014.06.017. Epub 2014 Jun 25.
- 13: **Cogo A**. Lung, not only heart. *Multidiscip Respir Med.* 2014 Apr 2;9(1):21. doi: 10.1186/2049-6958-9-21.
- 14: Zaccagni L, Barbieri D, **Cogo A**, Gualdi-Russo E. Anthropometric and body composition changes during expeditions at high altitude. *High Alt Med Biol.* 2014 Jun;15(2):176-82. doi:10.1089/ham.2013.1133. Epub 2014 Mar 25
- 15: Barbieri D, Zaccagni L, **Cogo A**, Gualdi-Russo E. Body composition and somatotype of experienced mountain climbers. *High Alt Med Biol.* 2012 Mar;13(1):46-50. doi: 10.1089/ham.2011.1062.
- 16: Pomidori L, Contoli M, Mandolesi G, **Cogo A**. A simple method for home exercise training in patients with chronic obstructive pulmonary disease: one-year study. *J Cardiopulm Rehabil Prev.* 2012 Jan-Feb;32(1):53-7. doi: 10.1097/HCR.0b013e31823be0ce.
- 17: Zamboni P, Menegatti E, Pomidori L, Morovic S, Taibi A, Malagoni AM, Cogo AL, Gambaccini M. Does thoracic pump influence the cerebral venous return? *J Appl Physiol (1985).* 2012 Mar;112(5):904-10. doi: 10.1152/jappphysiol.00712.2011. Epub 2011 Dec 15.
- 18: Cogo A, Miserocchi G. Pro: rebuttal. *High Alt Med Biol.* 2011 Summer;12(2):129-30. doi: 10.1089/ham.2011.1013.
- 19: Cogo A, Miserocchi G. Pro: most climbers develop subclinical pulmonary interstitial edema. *High Alt Med Biol.* 2011 Summer;12(2):121-4; discussion 131-2. doi: 10.1089/ham.2011.0004. PubMed PMID: 21718157.
- 20: Cogo A. The lung at high altitude. *Multidiscip Respir Med.* 2011 Feb 28;6(1):14-5. doi: 10.1186/2049-6958-6-1-14.

## Under Revision

1. Carlotta Merlo, Eva Bernardi, Federico Bellotti, Luca Pomidori, **Annalisa Cogo** Supervised exercise training improves endothelial function in COPD patients: a method to reduce cardiovascular risk?

2. Morici, Giuseppe; Cibella, Fabio; **Cogo, Annalisa**; Palange, Paolo; Bonsignore, Maria R. Respiratory effects of exposure to air pollutants during exercise

#### **LIBRI**

**Annalisa Cogo**, Matteo Bonini, Paolo Onorati Eds (2019): Exercise and Sports Pulmonology. SPRINGER ISBN: 978-3-030-05257-7

**Annalisa Cogo**, Maurizio Schiavon, Lorenza Pratali (2019). Lung and Exercise in Extreme Environments in Exercise and Sport Pulmonology. vol. xxx, p. 00, Springer, ISBN: 978-3-030-05257-7

**Cogo Annalisa** (2015). Medicina e Salute in Montagna. vol. Seconda Edizione, p. 2-237, MILANO:Hoepli, ISBN: 978-88-203-6677-3

**A.Cogo**, M. Contoli (2010). ELEMENTI DI VALUTAZIONE E DIAGNOSTICA FUNZIONALE DELL'APPARATO RESPIRATORIO. FERRARA:UnifePress, ISBN: 9788896463079

H-index 20 (Google Scholar, 2020)  
ORCID 0000-0003-0629-5535