

# Curriculum Vitae Europass

## Informazioni personali

Nome / Cognome Eva Bernardi  
Indirizzo  
Telefono  
E-mail  
Data di nascita

*Il/La sottoscritta, consapevole delle sanzioni penali e leggi speciali vigenti in materia e previste dall'art. 76 DPR n. 445/2000 per le dichiarazioni mendaci e nell'ipotesi di falsità in atti, consapevole altresì di incorrere nella decadenza dai benefici eventualmente conseguenti al provvedimento emanato dall'Amministrazione, qualora in sede di controllo emerga la non veridicità del contenuto della dichiarazione, ai sensi degli artt. 46 e 47 del DPR sopra citato,*

### **dichiara**

*sotto la propria responsabilità di essere in possesso dei seguenti titoli:*

## Esperienza professionale Rese a favore di Datori di Lavoro Privati

Date	Dal 2014 a oggi
Lavoro o posizione ricoperti	Medico dello Sport
Principali attività e responsabilità	Visite d'idoneità agonistica e non, test da sforzo cardiopolmonare, prescrizione attività fisica adattata
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Poliambulatori privati
Date	Novembre 2017- Aprile 2018
Lavoro o posizione ricoperti	Medico borsista c/o Azienda Ospedaliero Universitaria di Ferrara
Principali attività e responsabilità	Riabilitazione all'esercizio in pazienti BPCO (Responsabile: Prof Annalisa Cogo) Valutazione funzionale: spirometria semplice e completa, MIP, MEP, test cardiopolmonare, test del cammino dei 6 minuti (con analisi della ventilazione), test massimali e sottomassimali al cicloergometro e/o tappeto rotante. Studio della funzione endoteliale, FMD.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Centro Studi Biomedici applicati allo Sport (Ferrara)

## Istruzione e formazione

Data	15 febbraio 2018
Certificato o diploma ottenuto	Dottorato di ricerca in Scienze biomediche e biotecnologiche Tesi: Funzione endoteliale e stile di vita, una relazione importante anche nei pazienti con broncopneumopatia cronica ostruttiva. Relatore: Prof.ssa A. Cogo.
Nome e tipo d'istituto di istruzione	Università di Ferrara
Data	9 luglio 2014
Certificato o diploma ottenuto	Specializzazione in Medicina dello Sport. Tesi: L'allenamento dei muscoli respiratori con il metodo dell'iperpnea isocapnica migliora la capacità di esercizio, il pattern ventilatorio e la coordinazione toraco-addominale durante esercizio nei soggetti BPCO. Relatore: Prof.ssa A. Cogo.
Nome e tipo d'istituto di istruzione	Università di Bologna
Data	28 ottobre 2008
Certificato o diploma ottenuto	Laurea in medicina e chirurgia.  Tesi: Messa a punto di un innovativo test di marcia, submassimale, per la valutazione indiretta della massima potenza aerobica in soggetti cardiopatici. Relatore: G. Grazi.

## Principali Corsi di aggiornamento

**25-27/02/2010 Roma** ERS Interactive School Course "Clinical Exercise Testing"  
**01/10/2010 Feltre (BL)** L'ergometria cardiorespiratoria nella valutazione della dispnea da sforzo  
**11-13/11/2010 Ferrara** Congresso Nazionale della SIP sport. Polmone, esercizio e sport: dalle basi scientifiche alla pratica clinica. Corso teorico pratico di Spirometria di base e di Test da sforzo Cardiorespiratorio  
**09-10/05/2011 e nel 2018 Milano** Test da sforzo cardiopolmonare (CPET)  
**11-12/11/2011 Firenze** "Physical activity, nutritional status and systemic inflammation in COPD."

## Capacità e competenze personali

Madrelingua Italiana

Altra(e) lingua(e)

Autovalutazione  
Livello europeo (\*)

**Lingua Inglese**

Comprensione		Parlato		Scritto
Ascolto	Lettura	Interazione orale	Produzione orale	
B1	B1	B1	B2	B1

## Articoli in riviste scientifiche

- Bernardi E, Merlo C, Cogo A. Endothelial function in COPD is in an intermediate position between healthy subjects and coronary disease patients and is related to physical activity. *Lung*, 2018. Doi: 10.1007/s00408-018-0168-9.
- Bernardi E, Pomidori L, Casutti F, Cogo A. A home-based, moderate intensity exercise training driven by a metronome improves breathing pattern and oxygen saturation during exercise in COPD patients. *JCRP*, 2018. Doi: 10.1097/HCR.0000000000000360.
- Ujka K, Bruno RM, Bastian L, Bernardi E, Sdringola P, Dickic N, Basyal B, Sundarshan Bhandai S, 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.
- Bernardi E, Pomiodri L, Cavallari D, Mandolesi G, Cogo A. Residence at moderate versus low altitude is effective on maintaining a higher oxygen saturation during exercise and reducing acute mountain sickness following a fast ascent to 4559 m. *Wilderness Environ Med*. 2017 Jun;28(2):122-126.
- Bernardi E, Pratali L, Mandolesi G, Spiridonova S, Roi GS, Cogo A. Thoraco-abdominal coordination and performance during uphill running at altitude. *PlosOne*. 2017; 0174927:12(3).
- Uliari S, Myers J, Bernardi E, Chiaranda G, Conconi F, Terranova F, Mazzoni G, Grazi G. Oxygen Uptake Attenuation at Ventilatory Threshold in Men With Coronary Artery Disease. *J Cardiopulm Rehabil Prev*. 2016 Jul-Aug;36(4):258-62.
- Piero M, Simone U, Jonathan M, Maria S, Giulio G, Francesco T, Gabriella C, Laura A, Eva B, Gianni M, Francesco C, Giovanni G. Influence of a custom-made maxillary mouthguard on gas exchange parameters during incremental exercise in amateur road cyclists. *J Strength Cond Res*. 2015 Mar;29(3):672-7.
- Bernardi E, Pomiodri L, Bassal F, Contoli M, Cogo A. Respiratory muscle training with normocapnic hyperpnea improves ventilatory pattern, thoraco-abdominal coordination and reduces oxygen desaturation during endurance exercise testing in COPD patients. *Int J Chron Obstruct Pulmon Dis*. 2015 Sep 10;10:1899-906.
- 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.
- 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;25:384-391.
- Bernardi E, Mandolesi G., Pomidori L, Cogo A. Unexplained dyspnea could be ascribable to postural changes. *Shortness of breath*. 2014;1:25-27.
- Grazi G, Myers J, Bernardi E, Terranova F, Grossi G, Codecà L, Volpato S, Conconi F, Mazzoni G, Chiaranda C. Association between  $VO_2$  peak estimated by a 1-Km treadmill walk and mortality: a 10-year follow-up study in patients with cardiovascular disease. *International Journal of Cardiology*. 2014; 173:248-252
- Chiaranda G, Bernardi E, Codecà L, Conconi F, Myers J, Terranova F, Volpato S, Grazi G. Treadmill walking speed and survival prediction in men with cardiovascular disease: a 10-year follow-up study. *BMJ open*. 2013;3:e003446.
- Chiaranda G, Myers J, Mazzoni G, Terranova F, Bernardi E, Grossi G, Codecà L, Conconi F, Grazi G. Peak Oxygen Uptake Prediction From a Moderate, Perceptually Regulated, 1-km Treadmill Walk in Male Cardiac Patients. *Cardiopulm Rehabil Prev*. 2012;32(5):262-9.

**Abstract presentati a congressi internazionali e pubblicati in riviste scientifiche**

- 09-13/09/2017 Milano (Italia): European Respiratory Society (ERS) Annual Congress.** Oral presentation: E. Bernardi, C. Merlo, F. Bellotti, G. Grazzi, A. Cogo "An exercise training program improves endothelial function in COPD patients"
- 05-08/07/2017 Essen (Germania): 22° European College of Sport Science (ECSS) Annual Congress.** Book of Abstracts July 2016. Mini-oral presentation: E. Bernardi, V. Cornellisen, G. Grazzi, C. Merlo, L. Vanhees, A. Cogo "Endothelial function and physical activity in healthy vs coronary artery disease and COPD patients: an exploratory study". C. Merlo, E. Bernardi, P. Conforti, L. Munari, N. Sorino, A. Cogo "Chronic obstructive pulmonary disease and physical activity: a new method to assess exercise limitations".
- 03-07/09/2016 London (UK): European Respiratory Society (ERS) Annual Congress.** Eur Respir J 2016. *Thematic poster*: E. Bernardi, V. Cornellisen, G. Grazzi, C. Merlo, L. Vanhees, S. Angelini, A. Cogo "Endothelial function in COPD vs coronary artery disease and healthy controls: an exploratory study" and E. Bernardi, A. Marinoni, L. Pratali, P. Bonasoni, P. Sdringola, B. Bhandarij, B. Basnyat, A. Cogo "Indoor Pollution And Respiratory Health In The Himalayas".
- 06-09/07/2016 Vienna (Austria): 21° European College of Sport Science (ECSS) Annual Congress** Book of Abstracts July 2016. Mini-oral presentation: Bernardi E., Aggio F., Grazzi G., Sorino N., Cogo A. An unappropriated exercise training program.
- 26-30/09/2015 Amsterdam (Olanda): European Respiratory Society (ERS) Annual Congress.** Eur Respir J 2015. *Thematic poster*: E. Bernardi, B. Stiz, S. Angelini, M. Contoli, A. Cogo "Ventilatory analysis during 6MWT gives relevant information about exercise limitation in COPD". E. Bernardi, L. Pomidori, G. Mandolesi, M. Bartesaghi, D. Cavallari, A. Cogo "Climbers usually resident at moderate altitude exhibit less oxygen desaturation during rapid ascent to 4559 m".
- 06-10/09/2014 Monaco (Germania): European Respiratory Society (ERS) Annual Congress.** Eur Respir J 2014. *Oral presentation*. E. Bernardi, L. Pomidori, G. Mandolesi, F. Bassal, A. Cogo "Respiratory muscle training with normocapnic hyperpnoea (RMNH) improves ventilatory pattern, thoraco-abdominal coordination and reduces oxygen desaturation during exercise in COPD patients".
- 7-11/09/2013 Barcellona (Spagna): European Respiratory Society (ERS) Annual Congress.** Eur Respir J 2013. *Thematic poster*: E. Bernardi, L. Pomidori, G. Mandolesi, A. Cogo "Unexplained dyspnoea, a matter of posture?".
- 26-29/06/2013 Barcellona (Spagna): 18° European College of Sport Science (ECSS) Annual Congress.** Book of Abstracts June 2013. Mini-Oral Presentation: E. Bernardi, J. Myers, G. Mazzoni, F. Terranova, G. Grossi, L. Codecà, A. Cogo, F. Conconi, G. Grazzi "Speed of treadmill walking and survival in patients with cardiovascular disease. A 10-year follow up study".
- 18-20/04/2013 Roma (Italia): EuroPrevent 2013.** *Thematic Poster*: G. Chiaranda, J. Myers, E. Bernardi, F. Terranova, G. Grossi, L. Codecà, G. Mazzoni, F. Conconi, G. Grazzi "Association between VO<sub>2</sub>peak predicted by a moderate 1km treadmill walk and survival"
- 27-30/09/2012 Roma (Italia): XXXII World Congress of Sport Medicine.** *Thematic Poster*: G. Mazzoni, E. Bernardi, G. Grossi, F. Terranova, S. Uliari, G. Grazzi "Difference in aerobic capacity in rugby players"; "Identification of a VO<sub>2</sub> deflection point coinciding with the heart rate deflection point in a professional rugby players"; G. Grazzi, E. Bernardi, F. Terranova, G. Grossi, G. Mazzoni "Prevalence in overweight/obesity and physical activity habits in children"; E. Bernardi, E. Melloni, G. Mandolesi, L. Pomidori, A. Cogo "Respiratory muscle endurance training (RMET) with normocapnic hyperpnea improves ventilatory function and exercise performance in triathletes"; G. Mazzoni, E. Bernardi, M. Fogli "Infiltrative peritendinous treatment, ultrasound guided, with low molecular weight hyaluronic acid"; M. Bartesaghi, F. Lanfranconi, L. Pollastri, V. Scotti, G. Mandolesi, E. Bernardi, G. Miserochhi "Individual differences in pulmonary response to hypobaric hypoxia (3300 m): a potential cause in the proneness to develop interstitial lung edema".
- 01-05/09/2012 Vienna (Austria): European Respiratory Society (ERS) Annual Congress.** Eur Respir J 2012; 40: Suppl. 56. *Poster Discussion*: E. Bernardi, L. Pomidori, G. Mandolesi, G. Grassi, A. Cogo "Respiratory muscle training (RMT) with normocapnic hyperpnoea (NH) improves respiratory muscle strength, exercise performance and ventilatory pattern in COPD patients"; G. Mandolesi, M. Contoli, B. Marku, E. Bernardi, L. Pomidori, A. Cogo "Obese asthmatics have reduced exercise capacity and higher ventilation than non-obese asthmatics". *Thematic Poster*: E. Bernardi, E. Melloni, G. Mandolesi, L. Pomidori, A. Cogo "Respiratory muscle endurance training (RMET) with normocapnic hyperpnea (NH) improves ventilatory function and exercise performance in triathletes"; G. Mandolesi, L. Pomidori, G. Avancini, E. Bernardi, M. Bartesaghi, A. Cogo "Early oxygen desaturation is related to Acute Mountain Sickness (AMS) development during acute High Altitude (HA) exposure".
- 04-07/07/2012 Bruges (Belgio): 17° European College of Sport Science (ECSS) Annual Congress.** Book of Abstracts July 2012 *Thematic Poster*: E. Bernardi, E. Melloni, L. Pomidori, G. Mandolesi, A. Cogo "Respiratory muscle endurance training (RMET) with normocapnic hyperpnea (NH) improves ventilatory function and exercise performance in triathletes"; G. Mandolesi, L. Pomidori, G. Avancini, E. Bernardi, M. Bartesaghi, A. Cogo "Early oxygen desaturation is related to Acute Mountain Sickness development during acute High Altitude exposure".

**Abstract presentati a congressi nazionali e pubblicati in riviste scientifiche**

**24-28/09/2011 Amsterdam (Olanda): European Respiratory Society (ERS) Annual Congress.** Eur Respir J 2011; 38: Suppl. 55. *Thematic Poster*: L. Pomidori, G. Mandolesi, G. Avancini, E. Bernardi, A. Cogo "Early oxygen desaturation is related to AMS development during acute exposure to high altitude (HA)". *Poster Discussion*: L. Pomidori, E. Bernardi, G. Grassi, E. Melloni, G. Mandolesi, A. Cogo "Inspiratory muscle training (IMT) with normocapnic hyperpnoea improves respiratory muscle strength, exercise performance and ventilatory pattern in COPD patients".

**30/11/2016-02/12/2016 Roma: XXXV Congresso Nazionale FMSI.** Rivista della FMSI, volume 69, N°4, Dicembre 2016. *Thematic Poster*: C. Merlo, E. Bernardi, P. Conforti, L. Munari, N. Sorino, A. Cogo "Esercizio fisico e broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO): quali aspetti considerare?". N. Sorino, E. Bernardi, F. Aggio, G. Grazi, A. Cogo "Un programma di allenamento fisico inappropriato".  
**21/10/2016 Alghero: Congresso Nazionale SIP Sport.** *Presentazione orale*: La coordinazione toraco-addominale, il pattern ventilatorio e la performance di atleti skyrunner durante una simulazione di gara.

**13/11/2015 Napoli (Italia): XLIII Congresso nazionale AIPO.** *Thematic Poster*: E. Bernardi, B. Stiz, S. Angelini, M. Contoli, A. Cogo "L'analisi della ventilazione durante 6MWT è utile per studiare le limitazioni all'esercizio nei BPCO"; E. Bernardi, L. Pomidori, G. Mandolesi, M. Bartesaghi, D. Cavallari, A. Cogo "Può la quota di residenza influenzare la desaturazione durante una salita rapida a quota 4559m?"

**17/10/2014 Terni: Congresso Nazionale SIP Sport.** *Presentazione orale*: E. Bernardi, et al. "L'allenamento dei muscoli respiratori con il metodo dell'iperpnea isocapnica migliora la capacità di esercizio, il pattern ventilatorio e la coordinazione toraco-addominale durante esercizio nei soggetti BPCO".

**29/11/2013 Verona (Italia): XIV Congresso Nazionale UIP – XLII Congresso Nazionale AIPO.** *Thematic Poster*: E. Bernardi, L. Pomidori, G. Mandolesi, A. Cogo "Dispnea da sforzo di origine incerta, un problema di postura?"

**2-5/11/2013 Milano: XLIV Congresso della Società Italiana di Neurologia (SIN).** Neurological Science volume 34 suppl October 2013. *Thematic Poster*: G. Grazi, E. Bernardi, S. Uliari, G. Mazzoni, F. Leprotti, E. Groppo, M. Gentile, E. Cesnik, I. Casetta, G. Granieri, M. Manca, S. Zanuso, E. Granieri "Make your Parkinson's Disease patients pedalling: effects of a novel forced exercise. A case report".

**9/11/2012 Firenze (Italia): Congresso Nazionale ADI (Associazione Italiana di dietetica e nutrizione clinica).** ADI magazine Suppl 2012. *Presentazione Orale*: E. Bernardi, G. Grossi, G. Mazzoni, F. Terranova, P. Spinella, G. Grazi "L'esercizio aerobico migliora l'utilizzo dei substrati energetici in soggetti con cardiopatia ischemica cronica stabile".

**7-10/11/2012 Pisa (Italia) Congresso Nazionale LIMPE (Lega Italiana per la lotta contro la malattia di Parkinson, le Sindromi Extrapiramidali e le Demenze).** Basal Ganglia 2S (2012). *Thematic Poster*: G. Grazi, E. Bernardi, S. Uliari, G. Mazzoni, E. Groppo, E. Cesnik, I. Casetta, G. Granieri, M. Manca, E. Granieri "The Hybrid Bike Project: an innovative exercise for Parkinson's Disease patients".

**18-20/10/2012 Genova (Italia): 11° Congresso della Società Italiana di Cardiologia Preventiva e Riabilitativa (GICR-IACPR).** Monaldi Archives for Chest diseases volume 78, Issue 2 (Cardiac Series) (June 2012). *Thematic Poster*: Chiaranda G., J. Myers, G. Mazzoni, E. Bernardi, F. Terranova, G. Grossi, L. Codecà, F. Conconi, G. Grazi "A moderate perceptually-regulated one-km treadmill walk predicts mortality among men with stable cardiac disease".

**6-9/10/2012 XLIII Congresso della Società Italiana di Neurologia (SIN).** Neurological Science volume 33 suppl October 2012. *Thematic Poster*: G. Grazi, E. Bernardi, S. Uliari, G. Mazzoni, E. Groppo, E. Cesnik, I. Casetta, G. Granieri, M. Manca, E. Granieri "Make your Parkinson's Disease patients pedalling: the Hybrid Project".

**01/12/2011 Bologna (Italia): XII Congresso Nazionale UIP – XLI Congresso nazionale AIPO.** *Thematic Poster*: E. Bernardi, L. Pomidori, G. Mandolesi, E. Melloni, A. Cogo "L'allenamento dei muscoli respiratori migliora la capacità di esercizio in broncopneumopatici cronici ostruttivi". *Presentazione orale*: G. Mandolesi, M. Contoli, B. Marku, E. Bernardi, L. Pomidori, Cogo A. "I soggetti asmatici obesi evidenziano una maggiore ostruzione bronchiale e un minore livello di attività fisica".

## Relazioni a congressi/seminari nazionali

**13/06/2017 Bologna (Italia): Seminario SS Medicina Interna e SS Medicina dello Sport e dell'Esercizio Fisico.** Relazione: "Perché e come somministrare l'attività fisica nel paziente con malattie polmonari".

**10-12/06/2017 Bologna (Italia): XLIV Congresso Nazionale AIPO.** Tutor attività pratica: test cardiopolmonare.

**06-07/11/2015 Ferrara (Italia) ASMA, BPCO ED ESERCIZIO FISICO.** Relazione: "Comorbidità, disfunzione endoteliale ed esercizio fisico".

## Attività didattiche

**Anno accademico 2013-2014, 2014-2015, 2015-2016, 2016-2017:** Supporto alla didattica: corso di scienze e tecniche dell'attività motoria preventiva ed adattata. Insegnamento di: Teoria, Tecnica e Didattica dell'esercizio in gravidanza e nelle malattie respiratorie.

**17/05/2011, 14/04/2012 e 04/05/2013:** Promot. Corso di perfezionamento e aggiornamento per la promozione motoria in neurologia.

**7-9, 14-16, 21-23 novembre 2011:** stage teorico/pratico presso Modulo Dipartimentale dell'Attività Motoria per soggetti con cardiopatie pregresse (Centro Studi Biomedici Applicati allo Sport Ferrara, Italia). Argomenti: test cardiopolmonare, test sottomassimale per la stima del VO<sub>2</sub> picco di 1 km su tappeto rotante, soglia anaerobica, test per la valutazione della cinetica dell'O<sub>2</sub>, prescrizione dell'attività fisica in soggetti cardiopatici.

## Trial Clinici, Progetti, Riconoscimenti e Premi

**Maggio 2017 Parigi (Francia)** Centro Ospedaliero-Universitario della Pitié- Salpêtrière [Hôpital Universitaire Pitié-Salpêtrière Charles Foix, Assistance Publique-Hôpitaux de Paris, Département "R3S" (Respiration, Réanimation, Réhabilitation, Sommeil)], progetto di collaborazione dal titolo "CAN VENTILATORY ANALYSIS DURING 6MWT GIVE RELEVANT INFORMATION ABOUT EXERCISE LIMITATION IN COPD?".

**Aprile 2014** Vincitrice della borsa di studio della Fondazione Arlotti (Ferrara) con il progetto: "La disfunzione endoteliale può essere modificata dall'esercizio?".

**03 marzo – 30 maggio 2014** Vincitrice della Fellowship ERS/AIMAR con il progetto: "La disfunzione endoteliale nei pazienti BPCO. Potrebbe essere un link fra fisiopatologico fra la BPCO e le comorbidità e un nuovo outcome in riabilitazione?" Presso: KU Leuven (Belgium), Department of Rehabilitation Sciences: Prof L. Vanhees.

**17 novembre – 3 dicembre 2013** Nepal, Breathing Himalaya ("EVK2- CNR" and Interactiveco).

**2012-2013** Trial clinico Boehringer Ingelheim studio 1237.15 [TorractoTM] *A randomised, double-blind, placebo-controlled, parallel group study to determine the effect of 12 weeks treatment of orally inhaled tiotropium + olodaterol fixed dose combination (2.5/5 µg, 5/5 µg) delivered by the Respimat® Inhaler, on exercise endurance time during constant work rate cycle ergometry in patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)* [TorractoTM].

## Appartenenza ad associazioni

FMSI, AIMAR, ERS, SIP sport

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".