

INFORMAZIONI PERSONALI

Ludovica Annarumma

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Giugno 2024- presente

Membro di Commissione d'Esame per la cattedra di Psicobiologia e Psicologia Fisiologica in qualità di Cultore della Materia (M/PSI-02)
Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza Università di Roma

Settembre 2023- presente

Psicologa (CBT-I) in regime di libera professione

Terapia Cognitivo Comportamentale per l'insonnia (Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia, CBT-I), Interventi psicoeducativi sul sonno

Aprile 2024-Luglio 2024

Tutor Tirocinio

Corso di Laurea triennale "Psicologia Generale, dello Sviluppo, del Genere e del comportamento Sociale"
Facoltà di Medicina e Chirurgia
Tor Vergata, Università degli studi di Roma

Ottobre 2021- Novembre 2023

Borsista post-doc per attività di ricerca

Body and Action Lab
IRCCS Fondazione Santa Lucia,
Via Ardeatina, 306, Roma
[Responsabile Laboratorio](#) Prof.ssa Mariella Pazzaglia

Luglio 2021- Settembre 2021

Collaboratrice per attività di ricerca

Body and Action Lab
IRCCS Fondazione Santa Lucia,
Via Ardeatina, 306, Roma
[Responsabile Laboratorio](#) Prof.ssa Mariella Pazzaglia

Maggio 2020- Presente

Psicologa (CBT-I)

Servizio per la Vigilanza e la Qualità del sonno,
Interventi psicoeducativi sul sonno e Terapia Cognitivo Comportamentale per l'Insonnia (CBT-I)
Dipartimento di Psicologia, Sapienza Università di Roma, Roma, Italia

Novembre 2017- Luglio 2021

Dottore di Ricerca in Psicologia e Scienza Cognitiva (PhD)

Laboratorio di Psicofisiologia del Sonno
Dipartimento di Psicologia, Sapienza Università di Roma, Roma, Italia
[Responsabile Laboratorio](#) Prof. Luigi De Gennaro

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Febbraio 2021

Iscrizione Albo Psicologi Lazio
N. 26279

Maggio 2019- Dicembre 2020

**Corso di Alta Formazione in “Valutazione e Trattamento Cognitivo-Comportamentale per l’Insonnia (CBT-I)”
LIVELLO ESPERTO**

Corso con l’endorsement della European Academy for Cognitive-Behavioral Therapy for Insomnia e della European Sleep Research Society
Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza Università di Roma, Roma, Italia
Competenze acquisite: assesment e trattamento CBT-I per l’arco di vita

Settembre 2017- Marzo 2018

Tirocinio Post Lauream

Servizio per la Vigilanza e la Qualità del Sonno
Sapienza Università di Roma

Tutor: Prof. Fabio Ferlazzo

Principali aree: sonnolenza, metodologia della ricerca in psicofisiologia, misure di sonnolenza oggettive soggettive e comportamentali

Settore: Psicologia clinica

Marzo 2017- Settembre 2017

Tirocinio Post Lauream

Laboratorio di Psicofisiologia del Sonno
Sapienza Università di Roma

Tutor: Prof. Fabio Ferlazzo

Principali aree: neuroscienze cognitive e comportamentali, sonno e invecchiamento, sonnolenza e performance di guida nell’invecchiamento sano

Settore: Psicologia generale

Settembre 2014- Dicembre 2016

**Laurea Magistrale in Neuroscienze Cognitive e Riabilitazione Psicologica
110/110 cum laude**

Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza Università di Roma, Roma, Italia

Tesi in Psicofisiologia del Sonno “Effetto della stimolazione tACS sull’EEG a riposo: un protocollo di doppia stimolazione”

Supervisor: Prof. Luigi De Gennaro

Settembre 2010- Marzo 2014

**Laurea triennale in Scienze e Tecniche Psicologiche per l’intervento clinico per la Persona il Gruppo e le Istituzioni
104/110**

Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza Università di Roma, Roma, Italia

Tesi in Psicofisiologia del Sonno “Aspetti clinici e implicazioni giuridiche del sonnambulismo

Supervisor: Prof. Luigi De Gennaro

Settembre 2004- Luglio 2009

**Diploma Classico
88/100**

Liceo Classico Virgilio, Roma

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	C1	C1	C1	B2	C1

First Certificate

Competenze comunicative

- Ottime competenze comunicative e capacità di lavorare e comunicare all'interno del gruppo acquisite tramite l'esperienza universitaria (lavori di gruppo) e in laboratorio scientifico inserita in un gruppo di lavoro
- Ascolto attivo ed empatico acquisito tramite l'esperienza con pazienti insonni e soggetti sperimentali per l'intero arco di vita (preadolescenza, adulti, anziani) e seminari e workshop tenuti nelle scuole medie e nei centri sociali anziani

Competenze organizzative e gestionali

- Leadership (coordinatrice di diversi gruppi di lavoro, sia in ambito di produzione di contenuti che di progetti di ricerca)
- Competenze di problem solving e gestione del gruppo in momenti di elevata pressione
- Ottime competenze comunicative e organizzative del lavoro in gruppo
- Ottime competenze della gestione e guida di gruppi di lavoro

Competenze professionali

- Polisonnografia (EEG, EOG, EMG)
- Stimolazioni Elettriche Transcraniche
- Acquisizione, analisi dei dati EEG (veglia, sonno e nap)
- Analisi spettrali, analisi macro e microstrutturali del sonno (K complex, sleep spindles)
- Metodologia della ricerca psicofisiologica
- Scrittura di lavori scientifici
- Software di analisi statistica (MATLAB, SPSS, JAMOVI)
- Vienna Test System Traffic
- Psychomotor Vigilance Task
- Valutazione della sonnolenza/vigilanza (misure oggettive, soggettive e comportamentali)
- Cognitive-Behavioral Therapy for Insomnia (CBT-I)
- Scrittura di progetti
- Elettrofisiologia dell'addormentamento (Sleep Onset) durante l'arco di vita
- Sonno e memoria
- Modificazioni fisiologiche del sonno nell'arco di vita
- Parasonnie
- Insonnia
- Igiene del sonno

Competenza digitale

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente intermedio	Utente intermedio	Utente avanzato	Utente intermedio	Utente avanzato

- Ottima padronanza del pacchetto Office (Word, Power Point, Excel)

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni

- **Annarumma, L., D'Atri, A., Alfonsi, V., & De Gennaro, L. (2018).** The efficacy of transcranial current stimulation techniques to modulate resting-state EEG, to affect vigilance and to promote sleepiness. *Brain sciences*, 8(7), 137.
- Cordone, S., **Annarumma, L.,** Rossini, P.M., & De Gennaro, L. (2019). Sleep and β -amyloid Deposition in Alzheimer's Disease: Insight on Mechanisms and Possible Innovative Treatments. *Frontiers in pharmacology*, 10, 695.
- D'Atri, A., Scarpelli, S., Gorgoni, M., Alfonsi, V., **Annarumma, L.,** Giannini, A. M., & De

h-index: 8

322 citations

- Gennaro, L. (2019). Bilateral Theta Transcranial Alternating Current Stimulation (tACS) Modulates EEG Activity: When tACS Works Awake It Also Works Asleep. *Nature and Science of Sleep*, 11, 343.
- Bartolacci, C., Scarpelli, S., D'Atri, A., Gorgoni, M., **Annarumma, L.**, Cloos, C., & De Gennaro, L. (2020). The Influence of Sleep Quality, Vigilance, and Sleepiness on Driving-Related Cognitive Abilities: A Comparison between Young and Older Adults. *Brain Sciences*, 10(6), 327.
 - Di Muzio, M., Diella, G., Di Simone, E., Novelli, L., Alfonsi, V., Scarpelli, S., **Annarumma, L.**, Salfi, F., Pazzaglia, M., Giannini, A. M., & De Gennaro, L. (2020). Nurses and Night Shifts: Poor sleep quality exacerbates psychomotor performance. *Frontiers in Neuroscience*, 14, 1050.
 - Scarpelli, S., Bartolacci, C., D'Atri, A., Camaioni, M., **Annarumma, L.**, Gorgoni, M., & De Gennaro, L. (2020). Electrophysiological Correlates of Dream Recall During REM Sleep: Evidence from Multiple Awakenings and Within-Subjects Design. *Nature and Science of Sleep*, 12, 1043
 - **Annarumma, L.**, Alfonsi, V., De Gennaro, L. - (2019) Capitolo 16: Metodi e tecniche di stimolazione transcranica durante il sonno /pp. 423-441.
 - Gorgoni, M., Scarpelli, S., Alfonsi, V., **Annarumma, L.**, Cordone, S., Stravolo, S., & De Gennaro, L. (2021). Pandemic dreams: quantitative and qualitative features of the oneiric activity during the lockdown due to COVID-19 in Italy. *Sleep Medicine*, 81, 20-32.
 - Scarpelli, S., Gorgoni, M., Alfonsi, V., **Annarumma, L.**, Di Natale, V., Pezza, E., & De Gennaro, L. (2021). The impact of the end of COVID confinement on pandemic dreams, as assessed by a weekly sleep diary: a longitudinal investigation in Italy. *Journal of Sleep Research*, e13429.
 - Gorgoni, M., Scarpelli, S., **Annarumma, L.**, D'Atri, A., Alfonsi, V., Ferrara, M., & De Gennaro, L. (2021). The Regional EEG Pattern of the Sleep Onset Process in Older Adults. *Brain Sciences*, 11(10), 1261.
 - Mangiaruga, A., D'Atri, A., Scarpelli, S., Alfonsi, V., Camaioni, M., **Annarumma, L.**, & De Gennaro, L. (2021). Sleep talking versus sleep moaning: electrophysiological patterns preceding linguistic vocalizations during sleep. *Sleep*.
 - Gorgoni, M., Scarpelli, S., Alfonsi, V., **Annarumma, L.**, Pellegrini, E., Fasiello, E., ... & De Gennaro, L. (2022). The Oneiric Activity during and after the COVID-19 Total Lockdown in Italy: A Longitudinal Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3857.
 - **Annarumma, L.**, Gorgoni, M., Reda, F., Scarpelli, S., D'Atri, A., Alfonsi, V., ... & De Gennaro, L. (2022). The ages of sleep onset: spatio-temporal eeg patterns in preadolescents, young and older adults. *Sleep Medicine*, 100, S9-S10.
 - Scarpelli, S., Gorgoni, M., Alfonsi, V., **Annarumma, L.**, & De Gennaro, L. (2022). Quantitative and qualitative features of dreaming activity during the pandemic. *Sleep Medicine*, 100, S36.
 - **Annarumma, L.**, Gorgoni, M., Reda, F., Scarpelli, S., D'Atri, A., Alfonsi, V., ... & De Gennaro, L. (2022, October). How do preadolescents and older adults fall asleep? Spatiotemporal electrophysiological patterns of the sleep onset process during lifespan. In *JOURNAL OF SLEEP RESEARCH* (Vol. 31). 111 RIVER ST, HOBOKEN 07030-5774, NJ USA: WILEY.
 - Alfonsi, V., D'Atri, A., Scarpelli, S., Gorgoni, M., Giacinti, F., **Annarumma, L.**, ... & De Gennaro, L. (2023). The effects of bifrontal anodal transcranial direct current stimulation (tDCS) on sleepiness and vigilance in partially sleep-deprived subjects: A multidimensional study. *Journal of Sleep Research*, e13869.
 - **Annarumma L.**, De Gennaro L. (2023). Efficacy of light intervention in improving mood and behaviour, but not sleep in intellectually disabled older adults. *Evidence-based Nursing*.
 - Gorgoni, M., Cenani, J., Scarpelli, S., D'Atri, A., Alfonsi, V., **Annarumma, L.**, ... & De Gennaro, L. (2024). The role of the sleep K-complex on the conversion from mild cognitive impairment to Alzheimer's disease. *Journal of Sleep Research*, 33(1), e14046.
 - **Annarumma, L.**, Reda, F., Scarpelli, S., D'Atri, A., Alfonsi, V., Salfi, F., ... & Gorgoni, M. (2024). Spatiotemporal EEG dynamics of the sleep onset process in preadolescence. *Sleep Medicine*, 119, 438-450.
 - Fasiello, E., Gorgoni, M., Galbiati, A., Sforza, M., Berra, F., Scarpelli, S., Alfonsi, V., **Annarumma, L.**, ... & De Gennaro, L. (2024). Decreased Delta/Beta ratio index as the Sleep State-Independent Electrophysiological Signature of Sleep State Misperception in Insomnia Disorder: a focus on the Sleep Onset and the Whole Night. *NeuroImage*,

120782.

Presentazioni congressuali

- **Annarumma, L.**; D'Atri, A.; Alfonsi, V.; De Gennaro, L. (2018). Effect of frontal 30-Hz-tACS on subjective and objective sleepiness. Convegno Transcranial Brain Stimulation in Cognitive Neuroscience Workshop, Rovereto 2018.
- **Annarumma, L.**, Gorgoni, M., D'Atri, A., Reda, F., Alfonsi, V., Scarpelli, S., De Gennaro, L. (2020) Variazioni topografiche dell'EEG dell'addormentamento in età evolutiva, XXX Congresso Nazionale AIMS, Web Conference, 2020
- **Annarumma, L.**, Gorgoni, M., Reda, F., Scarpelli, S., D'Atri, A., Alfonsi, V., Ferrara, M., De Gennaro, L. (2022). The ages of Sleep Onset: Spatio-temporal EEG patterns in preadolescents, young and older adults. World Sleep Congress, Rome, 2022

Pubblicazioni congressuali

- Bartolacci C., Scarpelli S., **Annarumma L.**, De Gennaro L. (2018). Valutazione della Sonnolenza e delle Abilità di Guida nella Terza Età. XXVIII Congresso Nazionale AIMS, Taormina 2018
- Bartolacci, C.; Scarpelli, S.; **Annarumma, L.**; Cloos, C.; Giannini, A. M.; De Gennaro, L. (2019). Valutazione della sonnolenza e delle abilità di guida nella terza età: confronto con un gruppo di giovani. XXIX Congresso Nazionale AIMS, Genova 2019
- **Annarumma, L.**; D'Atri, A.; Alfonsi, V.; De Gennaro, L. (2018). Effect of frontal 30-Hz-tACS on subjective and objective sleepiness. Convegno Transcranial Brain Stimulation in Cognitive Neuroscience Workshop, Rovereto 2018
- Alfonsi, V.; D'Atri, A.; **Annarumma, L.**; De Gennaro, L. - (2018). Effects of fronto-temporal 5 Hz- tACS on subjective and objective sleepiness. Convegno Transcranial Brain Stimulation in Cognitive Neuroscience Workshop, Rovereto 2018
- Alfonsi, V.; D'Atri, A.; **Annarumma, L.**; De Gennaro, L. - (2018). Effetti della stimolazione transcranica a corrente alternata (tACS) nella modulazione dei livelli di sonnolenza e vigilanza, XXVIII Congresso Nazionale AIMS, Taormina 2018
- **Annarumma, L.**, Gorgoni, M., D'Atri, A., Reda, F., Alfonsi, V., Scarpelli, S., De Gennaro, L. (2020) Variazioni topografiche dell'EEG dell'addormentamento in età evolutiva, XXX Congresso Nazionale AIMS, Web Conference, 2020
- Di Muzio, M., Diella, G., Di Simone, E., Novelli, L., Alfonsi, V., Scarpelli, S., **Annarumma, L.**, Salfi, F., Pazzaglia, M., Giannini, A.M, De Gennaro, L. (2020) Nurses and Night Shifts: Poor Sleep Quality Exacerbates Psychomotor Performance. E-Poster, P2, p. 31. XXX Congresso Nazionale AIMS, web-conference 25-27 ottobre 2020.
- **Annarumma, L.**, Gorgoni, M., Reda, F., Scarpelli, S., D'Atri, A., Alfonsi, V., ... & De Gennaro, L. (2022, October). How do preadolescents and older adults fall asleep? Spatiotemporal electrophysiological patterns of the sleep onset process during lifespan. In *JOURNAL OF SLEEP RESEARCH* (Vol. 31). 111 RIVER ST, HOBOKEN 07030-5774, NJ USA: WILEY.
- **Annarumma, L.**, Gorgoni, M., Reda, F., Scarpelli, S., D'Atri, A., Alfonsi, V., Ferrara, M., De Gennaro, L. (2022). The ages of Sleep Onset: Spatio-temporal EEG patterns in preadolescents, young and older adults. World Sleep Congress, Rome, 2022

Conferenze

- XXXIII Congresso Nazionale Associazione Italiana di Medicina del Sonno – AIMS (24-26 November, Milano, Italia)
- World Sleep Congress, (11-16 March 2022, Rome)
- World Sleep Day. La maratona del sonno: dai meccanismi di regolazione ai disturbi del sonno (Webinar 19 March 2021)
- XXX Congresso Nazionale Associazione Italiana di Medicina del Sonno – AIMS (25-27 Ottobre 2020, Web Conference)
- XXIX Congresso Nazionale Associazione Italiana di Medicina del Sonno – AIMS (13-15 Settembre 2019, Genova, Italia)
- Transcranial Brain Stimulation in Cognitive Neuroscience Workshop (6-7 Dicembre 2018, Rovereto, Italia)

- XXVIII Congresso Nazionale Associazione Italiana di Medicina del Sonno - AIMS (4-6 Ottobre 2018, Taormina, Italia)
- Corsi**
- SleepAQ: Scuola di Formazione per la Ricerca in Medicina del Sonno 5-6 Luglio 2024, Associazione Italiana di Medicina del Sonno AIMS
 - XXIV Corso di Medicina del sonno- Corso Base e Corso Specialistico. Webinar. 24 Aprile, 01, 08 Maggio 2021
 - "Il ruolo della Psicologia nella Medicina del Sonno" (2020), Associazione Italiana di Medicina del Sonno AIMS
 - "Cognitive Neuroscience of Sleep" Radboud Summerschool (8-12 Luglio 2019, Nijmegen, The Netherlands)
 - "Approccio clinico e gestione dei disturbi del sonno in età evolutiva (2019), Associazione Italiana di Medicina del Sonno (AIMS)
 - "Diagnosi e clinica dell'eccessiva sonnolenza diurna (EDS)" (2018), Associazione Italiana di Medicina del Sonno (AIMS)
 - MATLAB as a tool for data analysis: from programming to practice" (2018), Università Sapienza, Roma
- Riconoscimenti e premi**
- "Young Investigator Award" per il poster "The ages of sleep onset: Spatio-temporal EEG patterns in preadolescents, young and older adults" (World Sleep Congress, Rome, March 11-16, 2022)
 - Vincitrice del grant "Progetti per Avvio alla Ricerca - Tipo 1" per il progetto "Sleep EEG topography and sleep-related memory processes: a comparison between subjects with dyslexia and normolectors"
- Lezioni e workshop**
- Lezioni sul sonno e la qualità del sonno presso Centri Sociali Anziani (Roma, 2017)
 - Lezioni per insegnanti e genitori "Qualità del sonno e funzionamento cognitivo durante lo sviluppo" (Roma, 2019)
 - Workshop per studenti "Cos'è il sonno e come funziona? Dormire bene per stare meglio" (Roma, 2019)
 - World Sleep Day. Healthy Sleep, Healthy Aging. Seminario "Sonno e invecchiamento: I cambiamenti nel sonno notturno"; Workshop "Training autogeno e Mindfulness nel trattamento dell'insonnia", "Igiene del sonno e gestione della sonnolenza diurna", "Sonno e abilità di guida" (Upter, Roma, 15 Marzo 2019)
 - Relatore su invito al XVII Corso Residenziale di Medicina del Sonno. "L'approccio CBT-I nelle popolazioni speciali: tecniche comportamentali nell'anziano" (Bertinoro, Aprile 2023)
 - Relatore su invito al XVIII Corso Residenziale di Medicina del Sonno. "L'approccio CBT-I nelle popolazioni speciali: tecniche comportamentali nell'anziano" (Bertinoro, Aprile 2023)
 - Relatore su invito al Corso di Psicologia e Psicofisiologia clinica: teorie e metodi (Psicologia generale, dello sviluppo, del genere e del comportamento sociale). "Sonno normale e patologico, tra ricerca di base e intervento clinico" (Università degli studi di Roma Tor Vergata, Roma, 16 aprile 2024)
- Ruoli editoriali**
- Membro dell'Editorial Board (Review Editor) per Frontiers in Psychology (peer-reviewed journal)

ALLEGATI

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.