



Alessandro SCOTTO di PALUMBO

Nazionalità: Italiana

Genere: M

Nato a: Roma

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2011 - 2014: Università degli Studi di Roma Foro Italico - Dottorato di ricerca in Scienza dello sport, dell'esercizio fisico e dell'ergonomia – Titolo della tesi: Strategies to enhance lipid utilization during exercise – Relatore prof. Massimo Sacchetti

2008 - 2010: Università degli Studi di Roma Foro Italico - Master of Science in Health and Physical Activity – equipollenza con Laurea Magistrale in Attività Motoria Preventiva e Adattativa – votazione 110/110 e lode

2002 – 2006: Università degli Studi di Roma Foro Italico – Laurea triennale in Scienze Motorie e Sportive

1995-200: Diploma di maturità classica – Liceo Ginnasio statale Dante Alighieri – Roma

INCARICHI RICOPERTI IN AMBITO ACCADEMICO

01/2025 - presente Ricercatore a tempo determinato di tipo A % Università degli studi di Roma Foro Italico S.S.D. MEDF/01

11/2022 – presente: docente a contratto nel master di II livello in Stress Sport e Nutrizione % Sapienza Università di Roma

01/2019 – presente: manager dello sport presso il centro di servizi sportivi di Sapienza Università di Roma SapienzaSport – direzione e coordinamento attività sportiva di ateneo nell'ambito dell'accordo quadro con l'Università degli studi di Roma Foro Italico

ESPERIENZE DI RICERCA ALL'ESTERO

05/2013 – 02/2015: Visiting Researcher presso l'Institute for Sport and Health di University College of Dublin, Irlanda

ATTIVITA' PROFESSIONALE

01/2019 - presente: manager dello sport % Fondazione Universitaria Foro Italico - direttore sportivo

04/2004 - presente: amministratore unico e direttore sportivo S.S.D. Nautilus (centro fitness specializzato in attività natatorie e preventive e adattate in ambiente acquatico e terrestre) - Personal trainer per attività adattate a terra ed in acqua

01/ 2014 - 01 / 2016: nutritional specialist % Sixtus Italia - contratto lavoro autonomo

09/2001 - presente: Allenatore di nuoto c/o ASD Dabliu Sport Team - ASD Roma Pallanuoto – SSD Nautilus – Centro di Servizi Sportivi SapienzaSport

PUBBLICAZIONI IN EXTENO

Grazioli E., Mauri C., Cerulli C., Minganti C., Tranchita E., Scotto di Palumbo A., Parisi A. Role of exercise on pain, functional capacity, and inflammatory biomarkers in osteoarthritis: systematic review and meta-analysis Ann Phys Rehab Med Ahead of print

Bellini A, Scotto di Palumbo A, Nicolò A, Bazzucchi I, Sacchetti M. Exercise for Postprandial Glycemic Management. *Nutrients*, 2024

Scotto di Palumbo A, McSwiney FT, Hone M, McMorrow AM, Lynch G, De Vito G, Egan B. Effects of a Long Chain n-3 Polyunsaturated Fatty Acid-rich Multi-ingredient Nutrition Supplement on Body Composition and Physical Function in Older Adults with Low Skeletal Muscle Mass. *J Diet Suppl*. 2022;19(4):499-514.

Moran C, Scotto di Palumbo A, Bramham J, Moran A, Rooney B, De Vito G, Egan B. Effects of a Six Month Multi-Ingredient Nutrition Supplement Intervention of Omega-3 Polyunsaturated Fatty Acids, vitamin D, Resveratrol, and Whey Protein on Cognitive Function in Older Adults: A Randomised, Double-Blind, Controlled Trial. *Prev Alzheimers Dis*. 2018;5(3):175-183.

Baldassarre R, Sacchetti M, Patrizio F, Nicolò A, Scotto di Palumbo A, Bonifazi M, Piacentini MF. Carbohydrate Supplementation Does Not Improve 10 km Swimming Intermittent Training. *Sports (Basel)*. 2018 Nov 14;6(4)

Scotto di Palumbo A., Hone M, Kent RM, Bleiel SB, De Vito G, Egan B. Plasma Creatine Kinetics After Ingestion of Microencapsulated Creatine Monohydrate with Enhanced Stability in Aqueous Solutions. *J Diet Suppl*. 2017 Jul 4;14(4)

Scotto di Palumbo A, Guerra E, Orlandi C, Bazzucchi I, Sacchetti M. Effect of combined resistance and endurance exercise training on regional fat loss J Sports Med Phys Fitness. 2017 Jun;57(6):794-801

Scotto di Palumbo A, Moran C, Bramham J, Moran A, Rooney B, De Vito G, Egan B. Effects of a Six Month Multi-Ingredient Nutrition Supplement Intervention of Omega-3 Polyunsaturated Fatty Acids, vitamin D, Resveratrol, and Whey Protein on Cognitive Function in Older Adults: A Randomised,

Double-Blind, Controlled Trial. *J Prev Alzheimers Dis.* 2018;5(3):175-183

Nicolò A, Bazzucchi I, Lenti M, Haxhi J, Scotto di Palumbo A, Sacchetti M. Neuromuscular and Metabolic Responses to High-Intensity Intermittent Cycling Protocols With Different Work-to-Rest Ratios. *Int J Sports Physiol Perform.* 2013 Apr 23. 9:151-60

Haxhi J, Scotto di Palumbo A, Sacchetti M. Exercising for metabolic control. Is time important? *Ann Nutr Metab.* 2013; 62:14-25

Sacchetti M, Balducci S, Bazzucchi I, Carlucci F, Scotto di Palumbo AS, Haxhi J, Conti F, Di Biase N, Calandriello E, Pugliese G. Neuromuscular Dysfunction in Diabetes: Role of Nerve Impairment and Training Status. *Med Sci Sports Exerc* 2012; 45:52-9

Sacchetti M, Lenti M, Di Palumbo AS, De Vito G. Different effect of cadence on cycling efficiency between young and older cyclists. *Med Sci Sports Exerc.* 2010 Nov;42(11):2128-33.

Lenti M, De Vito G, Sbriccoli P, Scotto di Palumbo A, Sacchetti M. Muscle fibre conduction velocity and cardiorespiratory response during incremental cycling exercise in young and older individuals with different training status. *J Electromyogr Kinesiol.* 2010;20(4):566-71.

Lenti M, De Vito G, Scotto di Palumbo A, Sbriccoli P, Quattrini FM, Sacchetti M. Effects of Aging and Training Status on Ventilatory Response During Incremental Cycling Exercise. *J Strength Cond Res.* 2011 Jan 27.

Sbriccoli P, Sacchetti M, Felici F, Gizzi L, Lenti M, Scotto di Palumbo A, De Vito G. Non-invasive assessment of muscle fiber conduction velocity during an incremental maximal cycling test. *J Electromyogr Kinesiol.* 2009 Dec;19(6):380-6.

COMUNICAZIONI CONGRESSUALI SU INVITO

Scotto di Palumbo A. Attività motoria e controllo ponderale *Rome Rehabilitation 2022 (Congresso della Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa)*. Roma, 14-15 Ottobre 2022

Scotto di Palumbo A., Santilli V. Esercizio fisico, nutrizione ed integratori per il trattamento della sarcopenia. *Rome Rehabilitation 2021 (Congresso della Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa)*. Roma, 3-4 dicembre 2021

Scotto di Palumbo A., Sacchetti M. Bruciagrassi ed esercizio fisico: funzionano? *40° Congresso SIME (società italiana di medicina estetica)*. Roma, 17-19 Maggio 2019

Scotto di Palumbo A., Sacchetti M. Il dimagrimento localizzato attraverso l'attività fisica: mito o realtà? *39° Congresso SIME (società italiana di medicina estetica)*. Roma, 18-20 Febbraio 2018

Scotto di Palumbo A. Sacchetti M. Alimentazione ed attività fisica nelle varie età della donna. *4° Roma Focus meeting: ginecologia, medicina della riproduzione, best practice ambulatoriale*. Roma, 12-13 Febbraio 2015

Scotto di Palumbo A., Sacchetti M. Esercizio fisico in gravidanza e menopausa. *2° Roma Focus meeting: ginecologia, medicina della riproduzione, best practice ambulatoriale*. Roma, 20-22

Febbraio 2013

APPARTENENZA A SOCIETA' SCIENTIFICHE

Socio Ordinario della Società Ordinaria di Scienze Motorie e Sportive (SISMES) dal 2023

In fede