

INFORMAZIONI PERSONALI THOMAS ZANDONAI

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Marzo 2022 - presente

Ricercatore (Post-doc)
Università degli Studi di Roma "La Sapienza", Italia

Ricercatore postdoc presso il Dipartimento di Il Dipartimento di Psicologia dei Processi di Sviluppo e Socializzazione, Ricercatore A Tipologia II, titolo del progetto: "Consumo di farmaci e sostanze nel mondo dello sport in relazione alla salute e al doping", settore scientifico-disciplinari: MPSI/03.

Gennaio 2019 - presente

Ricercatore collaboratore
Università Miguel Hernández di Elche, Spagna

Collaboratore presso l'Unità Clinica di Farmacologia dell'ospedale Universitario Balmis di Alicante e dell'Università Miguel Hernández di Elche, Spagna

https://www.umh.es/contenido/Investigacion/persona_244927/datos_es.html

Marzo 2022 – Sett. 2022

Ricercatore
Istituto di Salute e Ricerca Biomedica di Alicante (Fondazione ISABIAL) Alicante, Spagna

Ricercatore presso l'Istituto di Salute e Ricerca Biomedica di Alicante con il progetto:

Revisione dell'impatto funzionale della co-prescrizione di anticolinergici e benzodiazepine in pazienti con dolore cronico trattati con oppioidi. Rif.: 2021-0458

2020 - 2021

Docente a contratto
Università Miguel Hernández di Elche, Spagna

Docente a contratto presso il Dipartimento di Scienze Motorie della Facoltà di Scienze Motorie dell'Università Miguel Hernández di Elche, Spagna. Ciclismo e Rugby oltre al tutoraggio di 25 studenti appartenenti al 4° anno di corso durante la fase di tirocinio esterno.

2016 – 2020

Ricercatore (Post-doc)
Università di Granada, Spagna

Ricercatore presso il Dipartimento di Psicologia Sperimentale della Facoltà di Psicologia. Iscritto al gruppo di ricerca "Psicologia, Ergonomia e Attività Fisica" (HUM-957). Studi sperimentali in ambito neuro-psicofarmacologico (Studi clinici) e comportamentale (relazione cervello-esercizio) presso il Centro di Ricerca Mente, Cervello e Comportamento (CIMCYC: <http://cimcyc.ugr.es/>).

2014 - 2017

Docente a contratto
Università di Trento, Italia

Docente a contratto presso il Dipartimento di Psicologia e Scienze Cognitive. Laboratorio: Metodi e didattiche delle attività motorie e sportive. Corso di Specializzazione per il sostegno didattico ad alunni con disabilità nella scuola secondaria di II grado.

2014 - 2016

Ricercatore (Post-doc)
Università degli Studi di Verona, Italia

Ricercatore Post-doc presso il Dipartimento di Diagnostica e Sanità Pubblica, Laboratorio di Neuropsicofarmacologia dell'Università degli Studi di Verona. Correlatore di tesi di Laurea Triennale e Magistrale. Tutor della didattica online (Formazione a Distanza – FAD), nell'ambito del Corso di Perfezionamento in Trattamento del Tabagismo, in collaborazione con la Regione Veneto

1994 - 2014

Docente, coordinatore, formatore nel campo dei servizi sociali e anti-doping
Università degli Studi di Verona, Italia

Docente, consulente e formatore nel campo dei servizi sociali con expertise nella settore della disabilità psico-fisica e nelle problematiche comportamentali dell'età evolutiva. Docente del corso: "Il Doping" presso l'Università Santo Tomás, Facoltà di Pedagogia in Educazione Fisica a La Serena (Cile).

Coordinatore del Corso on-line (FAD): "Doping No Grazie" presso l'Università degli Studi di Verona.

Coordinatore del Progetto: Promuovere gli stili di vita sani promuovendo l'autonomia - Diamoci una mossa e Ridiamoci una mossa, presso l'Associazione Unione Sport per Tutti (UISP) di Verona. Referente del progetto: Promozione attività fisica e corretta alimentazione – Guadagnare Salute in Adolescenza presso il Dipartimento di Prevenzione, Servizio di Promozione ed Educazione alla Salute dell' ULSS 20 di Verona, Regione Veneto.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2011-2014 Dottorato di Ricerca in Biomedicina Traslazionale

Scuola di Dottorato in Scienze Biomediche Traslazionali, S.S.D BIO14/FARMACOLOGIA, Dipartimento di Diagnostica e Sanità Pubblica, Laboratorio di Neuropsicofarmacologia, Università degli Studi di Verona. Tutor scientifico: Prof. Cristiano Chiamulera

2008-2010 Laurea Specialistica in Scienze e Tecniche dello Sport (classe 75/S)

Università degli Studi di Verona. Votazione finale: 110/110 e Lode. Tutor scientifico: Prof. Cristiano Chiamulera

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre

ITALIANO

Altre lingue

| COMPRESIONE | | PARLATO | | PRODUZIONE SCRITTA |
|-------------|------------|-------------|------------------|--------------------|
| Ascolto | Lettura | Interazione | Produzione orale | |
| SPAGNOLO | Eccellente | Eccellente | Eccellente | Eccellente |
| INGLESE | Ottimo | Ottimo | Ottimo | Ottimo |

Competenze comunicative

Esperienza ventennale di formazione, didattica e insegnamento anche con persone disabili. Partecipazione a corsi e a scuole estive sulla comunicazione, improntate alla ricerca scientifica e alla sua divulgazione. Relatore a conferenze, congressi (presentazione di poster ecc) a livello nazionale e internazionale. Docente a corsi formativi e master organizzati da ONLUS, Regioni e Università. Autore di articoli scientifici e di divulgazione in ambito anti-doping, salute e attività fisica.

Competenze organizzative e gestionali

Diversi ruoli di coordinamento e management di progetti livello nazionale in ambiti privati e pubblici di promozione della salute attraverso l'attività fisica e gli stili di vita sani. Membro di società scientifiche internazionali, tutor di studenti laureandi, coordinatore scientifico di progetti di ricerca sulle dipendenze e in ambito di lotta al doping.

Altre competenze

Competente nell'utilizzo della metodologia della ricerca scientifica (creazione di protocolli, richieste di approvazione di studi ai comitati etici, raccolta e analisi dati, procedure di valutazione soggettiva e somministrazione di questionari (es: FTND, QSU-brief, VAS, POMS, BORG Scale, PEAS, ecc.) e utilizzo di software per l'analisi statistica. Calibrazione e utilizzo di strumenti per misurazioni fisiologiche e neurofisiologiche (es: metabolometro (Quark b2, Cosmed, Italy), la spettroscopia nel vicino infrarosso (NIRS, Near Infrared Spectroscopy), la stimolazione magnetica transcranica (TMS), la stimolazione diretta transcranica (tDCS) e dell'elettroencefalografia (EEG). Conoscitore e utilizzatore di programmi statistici e di raccolta ed elaborazione dati.

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni

- **Zandonai T**, Peiró AM, Fusina F, Lugoboni F, Zamboni L. 2022 Benzodiazepines in sport, an underestimated problem: recommendations for sports medicine physicians' practice. *Frontiers in Psychiatry*. 21;13:1066330 <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1066330>
- **Zandonai T**, Peiró AM, Covelli C, de la Torre X, Botré F. 2022. Tramadol and cycling: Is it the end for a "painful" relationship? An insight from 60802 doping control samples from 2012 to 2020. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 5;18(1):95-98 <https://doi.org/10.1123/ijsp.2022-0243>
- **Zandonai T**, Bertucco M, Graziani N, Montani V, Cesari P. 2022. Transcranial Direct Current Stimulation (tDCS) modulates motor execution in a limb reaching task. *European Journal of Neuroscience*. 56(4):4445-4454. <https://doi.org/10.1111/ejn.15756>
- Holgado D & **Zandonai T**. 2022. Comment on "What is the Effect of Paracetamol (Acetaminophen) Ingestion on Exercise Performance? Current Findings and Future Research Directions". *Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01708-w>
- Barrachina J, Margarit C, Andreu C, **Zandonai T**, Ballester P, Muriel J, Cutillas E, Peiró AM. 2022. Therapeutic alliance impact on analgesic outcomes in a real-world clinical setting: An observational study. *Acta Pharmaceutica*. 72. <https://doi.org/10.2478/acph-2022-0035>
- Zamboni L, Portoghese I, Congiu A, **Zandonai T**, Casari R, Fusina F, Bertoldi A and Lugoboni F. 2022. Polysubstance Use Patterns Among High Dose Benzodiazepine Users: A Latent Class Analysis and Differences Between Male and Female Use. *Frontiers in Psychiatry* 13:811130. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.811130>
- Holgado D, Manresa-Rocamora A, Zamboni L, Lugoboni F, Peiró AM, **Zandonai T**. 2021. The effect of benzodiazepines on exercise in healthy adult participants: A systematic review. *Journal of Addictive Diseases*. In press <https://doi.org/10.1080/10550887.2021.1990640>
- **Zandonai T**, Escorial M, Peiró AM. 2021. Codeine and tramadol use in athletes: a potential for abuse *Frontiers in Pharmacology*.

- 12:661781. <https://doi.org/10.3389/fphar.2021.661781>
- Galli F, Palombi T, Mallia L, Chirico A, **Zandonai T**, Alivernini F, De Maria A, Zelli A, Lucidi F. 2021. Promoting Media Literacy Online: An Intervention on Performance and Appearance Enhancement Substances with Sport High School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 18, 5596: <https://doi.org/10.3390/ijerph18115596>
 - Palombi T, Galli F, Mallia L, Alivernini F, Chirico A, **Zandonai T**, Zelli A, Lucidi F, Giancamilli F. 2021. The Effect of Emergency Remote Teaching from a Student's Perspective During COVID-19 Pandemic: Findings from a Psychological Intervention on Doping Use. In: Uskov VL, Howlett RJ, Jain LC (eds) *Smart Education and e-Learning 2021. Smart Innovation, Systems and Technologies*, vol 240. Springer, Singapore 175-184. https://doi.org/10.1007/978-981-16-2834-4_15
 - Barrachina J, Muriel J, Margarit C, Planelles B, Ballester P, Richart-Martínez M, Cutillas E, **Zandonai T**, Morales D, Peiró AM. 2021. Global Pain State Questionnaire: Reliability, Validity, and Gender Gap. *Archives Internal Medicine Research* 4(2): 91-113. <https://doi.org/10.26502/aimr.0061>
 - Benvegnù G, Tommasi F, Ferraro S, Libener E, Di Chio M, Bosi S, **Zandonai T**, Chiamulera C. 2021. Smokers "Context Reactivity" in Virtual Domestic Environments. *European Addiction Research*. 1-8 <https://doi.org/10.1159/000515301>
 - Montero-Carretero C, Roldan A, **Zandonai T**, Cervelló E. 2021. A-Judo: An Innovative Intervention Programme to Prevent Bullying Based on Self-Determination Theory—A Pilot Study. *Sustainability*. 13, 2727. <https://doi.org/10.3390/su13052727>
 - Zandonai T**, Benvegnù G, Tommasi F, Ferrandi E, Libener E, Ferraro S, Maris B, Chiamulera C. 2021. A virtual reality study on postretrieval extinction of smoking memory reconsolidation in smokers. *Journal of Substance Abuse Treatment*. (125) 108317. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2021.108317>
 - Zandonai T**, Holgado D, Ciria Luis F., Zabala M, Hopker J, Bekinschtein T & Sanabria D. 2021. Novel evidence on the effect of tramadol on self-paced high-intensity cycling. *Journal of Sports Sciences*, Jul;39(13):1452-1460. <https://doi.org/10.1080/02640414.2021.1877440>
 - Zandonai T**, Lugoboni F, Zamboni L. 2021. Benzodiazepine addiction: other factor to be considered in sleep among athlete. *Sleep Medicine*. 78:7. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.12.008>
 - Zandonai T**, Manresa-Rocamora A, Monese L, Moya-Ramón M, Schena F, Chiamulera C. 2020. A descriptive study of exercise dependence: A short report among Italian and Japanese runners. *Journal of Addictive Diseases*. In press <https://doi.org/10.1080/10550887.2020.1829450>
 - Zandonai T**, Pizzolato F, Tam E, Bruseghini P, Chiamulera C, Cesari P. 2020. The effects of nicotine on cortical excitability after exercise. *Journal of Clinical Psychopharmacology*. 40(5):495-498. <https://doi.org/10.1097/JCP.0000000000001246>
 - Zandonai T** & Chiamulera C. 2020. Smoker and smokeless tobacco user athletes: dual users? *QJM: An International Journal of Medicine*. 1-3. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa222>
 - Tam E, Bruseghini P, Capelli C, Baraldo M, Chiamulera C, **Zandonai T**. 2020. Effects of nicotine on microvascular responsiveness after nicotine satiety versus overnight nicotine abstinence. *Vascular Medicine*. 25(3):223-225. <https://doi.org/10.1177/1358863X20906029>
 - Mallia L, Chirico A, Zelli A, Galli F, Palombi T, Bortoli L, Conti C, Diotaiuti P, Robazza C, Schena F, Vitali F, **Zandonai T**, Lucidi F. 2020. The implementation and evaluation of a media literacy intervention about PAES use in sport science students. *Frontiers in Psychology*. 11:368. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00368>
 - Zandonai T** & Holgado D. 2020. Doping in tennis, where we are and where we should be going? *Performance Enhancement & Health*. 7(3-4):100157. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2020.100157>
 - Tam E, Bruseghini P, Capelli C, Baraldo M, Chiamulera C, **Zandonai T**. Effects of nicotine on microvascular responsiveness after nicotine satiety versus overnight nicotine abstinence. *Vascular Medicine*. In press.
 - Zamboni L, Lugoboni F, **Zandonai T**. 2019. Benzodiazepine abuse among athletes: pain relief or just a weapon against insomnia? A clinical case study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 29 (12):1937-1940. <https://doi.org/10.1111/sms.13540>
 - Zandonai T** & Chiamulera C. 2019. The importance of nicotine use among winter sports athletes especially in skiers. Letter to the editor. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 22(10):1072. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.05.022>
 - Morente J*, **Zandonai T***, Zabala M. 2019. Attitudes, Beliefs and Knowledge Related to Doping in Different Categories of Football Players. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 22(9):981-986 *equal contribution. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.05.010>
 - Zandonai T**. 2019. Doping e tennis. In 'Tutto tennis', Lisi R. Draw up Eds. ISBN: 978-88-9369-217-5 <https://www.edizionidrawup.it/saggistica/432-tutto-tennis.html>
 - Zandonai T**. 2019. Esercizio fisico: l'anello tra corpo e mente. In "Aftercare & Post-prevention nelle Addictions: verso il benessere", Chiamulera C and Cibi M. Publiedit Eds. ISBN: 978-88-95425-14-6 Capitolo IV, 63-93 <http://www.publieditweb.it/Aftercare.html>
 - Della Libera C, **Zandonai T**, Zamboni L, Santandrea E, Sandri M, Lugoboni F, Chiamulera C and Chelazzi L. 2019. Revealing Dissociable Attention Biases in Chronic Smokers Through an Individual-Differences Approach. *Scientific Reports*, 9;4930. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-40957-0>
 - Holgado D, **Zandonai T**, Zabala M, Ciria L & Sanabria D. 2019. Transcranial direct current stimulation (tDCS) over the left prefrontal cortex does not affect time-trial self-paced cycling performance: Evidence from oscillatory brain activity and power output. *PLoS ONE* 14(2): e0210873. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210873>
 - Holgado D, **Zandonai T**, Sanabria D. 2019. Comment on "Review of WADA Prohibited Substances: Limited Evidence for Performance-Enhancing Effects". *Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01064-2>
 - Zandonai T**, Tam E, Bruseghini P, Capelli C, Baraldo M, Chiamulera C. 2018. Exercise performance increase in smokeless tobacco-user athletes after overnight nicotine abstinence. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. Volume 29, 3; 465-472. <https://doi.org/10.1111/sms.13333>
 - Zandonai T**, Lugoboni F, Zamboni L. 2018. A risk for athletes: when the desire to sleep becomes a nightmare. A brief case report on benzodiazepine addiction. *Psychopharmacology*. Volume 235, 11; 3359–3360. <http://doi.org/10.1007/s00213-018-5047-9>
 - Zandonai T**. 2018. Doping e sostanze d'abuso. In 'In Sostanza', Lugoboni F and Zamboni L. Verona: CLAD Eds. Vol 1; 381-388. ISBN: 978-88-943422-0-8. https://play.google.com/books/reader?id=5xJhDwAAQBAJ&hl=en_GB&pg=GBS.PA379
 - Zandonai T**, Chiamulera C, Mancabelli A, Falconieri D, Diana M. 2018. A preliminary investigation on smokeless tobacco use and

- its cognitive effects among athletes. *Frontiers in Pharmacology*. 9:216. <http://doi.org/10.3389/fphar.2018.00216>
- **Zandonai T**, Tam E, Bruseghini P, Pizzolato F, Franceschi L, Baraldo M, Capelli C, Cesari P, Chiamulera C. 2018. The effects of oral smokeless tobacco administration on endurance performance. *Journal of Sport and Health Science*. 7(4):465-472. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jshs.2016.12.006>
- Holgado D, **Zandonai T**, Zabala M, Hopker J, Perakakis P, Luque-Casado A, Ciria L, Guerra-Hernandez E, Sanabria D. Tramadol effects on physical performance and sustained attention during a 20-min indoor cycling time-trial: A randomized controlled trial. 2017. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 21(7): 654-660. <http://doi.org/10.1016/j.jsams.2017.10.032>
- Chiamulera C, Ferrandi E, Benvegnù G, Ferraro S, Tommasi F, Maris B, **Zandonai T** and Bosi S. 2017. Virtual Reality for Neuroarchitecture: Cue Reactivity in Built Spaces. *Frontiers in Psychology*. 8:185 <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00185>
- **Zandonai T**, Chiamulera C, Fumagalli GF. Sport & doping. *Diagnosi & Terapia*. pp. 23 - 29. 09/04/2016. Available on: <http://www.det.it/diagnosi-e-terapia-rivista-sfogliabile-di-aprile-2016/> ISSN: 0393-4233
- Morente J, **Zandonai T**, Mateo-March M, Sanabria D, Sánchez-Muñoz C, Chiamulera C, & Zabala M. 2015. Acute effect of Snus on physical performance and perceived cognitive load on amateur footballers. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. Aug;25(4):e423-31 <http://dx.doi.org/10.1111/sms.12321>

Vincitore di premi, bandi nazionali e internazionali

- Premio per una delle migliori opere. "Dolore e gloria: gli atleti assumono troppi FANS?". XVII Congresso della Società Spagnola del Dolore (SED). Bilbao, 13-16 ottobre 2021.
- Premio per il 3° miglior poster. Prevalenza della nicotina nello sport: analisi di campioni di laboratorio antidoping tra il 2012 e il 2019. XI Congresso virtuale di prevenzione e controllo del fumo (CNPT). 29-30 settembre, 6-7 ottobre 2021.
- Vincitore del bando dell'Istituto di Salute e Ricerca Biomedica di Alicante (Fondazione ISABIAL) Alicante, Spagna con il progetto: Revisione dell'impatto funzionale della co-prescrizione di anticolinergici e benzodiazepine in pazienti con dolore cronico trattati con oppioidi. Rif.: 2021-0458 (4000 €).
- Vincitore del bando del Ministero dell'Economia, dell'Industria e della Competitività della Spagna per il progetto: Inclusive A-judo: programma di intervento di educazione fisica per prevenire il bullismo nei confronti degli studenti con disabilità 2021: PID2020-118826RA-I00 (47311 €).
- Vincitore del Bando dell'Agenzia Mondiale Antidoping (WADA) – Finanziamento di 112,00.00 US\$ per il progetto di ricerca: "Sperimentazione clinica sugli effetti del tramadolo e del paracetamolo sulle prestazioni fisiche, cognitive e cerebrali nei ciclisti". Montreal (Canada), 11 Ottobre 2017.
- Vincitore di un bando del Ministero della Scienza e Innovazione di Spagna, con il titolo: "Mettere il cervello al lavoro: esercizio aerobico acuto, autoregolato e controllo esecutivo" (Prof. Daniel Sanabria Lucena) Granada, Spagna 2017
- Vincitore del Bando dell'Agenzia Mondiale Antidoping (WADA) – Finanziamento di 75,00.00 US\$ per il progetto di ricerca: "Tramadol e Sport. Effetti sull'esercizio fisico e sull'attenzione sostenuta nei ciclisti". Montreal (Canada), 02 Ottobre 2015.
- Bando dell'Agenzia Mondiale Antidoping (WADA) – Finanziamento di 99,600.00 US\$ per il progetto di ricerca: "Effetti della somministrazione dello snus (smokeless tobacco) sulle prestazioni sportive". Montreal (Canada), 15 maggio 2014.
- Vincitore del Bando di Ateneo: COOPERINT 2012. Finanziamento per la mobilità dei giovani ricercatori dell'Università di Verona verso Università o Istituti di ricerca europei ed extra-europei per attività di didattica e/o di ricerca. Università degli Studi di Verona. Verona, 14 maggio 2013.
- Premio Concorso Nazionale: Idee per le vie del fumo. Area Giovani. Progetto dal titolo: "Il tunnel del craving". Concorso promosso da: LILT Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, Centro Nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie CCM, Regione Veneto. Reggio Emilia, 13 dicembre 2010.

Dati personali *Autorizzo il trattamento dei miei dati personali contenuti nel CV ai sensi del Dec. Leg. 30/06/2003, n. 196 e art. 13 GDPR 679/16*

Alicante, 10.01.2023