

Curriculum Vitae

Cognome PACELLI

nome QUIRICO FRANCESCO

codice fiscale PCLQCF82S01G224M

nato a PADOVA **prov.** PD **il** 01/11/1982 **sex** MASCHILE

attualmente residente a PADOVA **prov.** PD

indirizzo VIA CASTELFIDARDO 2A **C.A.P.** 35141

Studi: Liceo Scientifico I.Nievo (PD); anno di diploma: 2000-1.

Università:

- Università di Padova, Facoltà di Medicina e Chirurgia, **Corso di Laurea in Scienze Motorie**; Diploma di Laurea conseguito il 17.11.2004 con la votazione finale di 109/110. Titolo della tesi "L'anziano: indipendenza e socializzazione nell'attività motoria".
- Università di Padova, Facoltà di Medicina e Chirurgia, **Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata** conseguita il 25.10.06 con la votazione finale di 110/110 e lode. Titolo della tesi "Effetto di diverse metodiche allenanti su alcuni fattori di rischio cardiovascolare".
- **Dottorato di ricerca in Neuroscienze** presso il Dipartimento di Anatomia e Fisiologia Umana dell'Università degli Studi di Padova con il progetto "*Space Flight and Loss of Strength in Upper Limb Muscles (1B-23)*" finanziato dall'ASI (Agenzia Spaziale Italiana) conseguito il 28.10.2010. Titolo della tesi "Valutazione della forza e della massa muscolare dell'arto superiore in relazione al suo utilizzo nei voli spaziali in condizioni di microgravità".
- **Professore a contratto** dell'Università degli Studi di Padova, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Corso di Laurea in Scienze Motorie, nell'insegnamento "Teoria tecnica e didattica dell'attività motoria per l'età anziana" nell'anno 2010-11 e "Teoria tecnica e didattica dell'attività motoria preventiva e compensativa" dall'anno 2011-2.
- **Dottore in Osteopatia** dal 07.10.2013 (conseguito presso l'Istituto Italiano di Osteopatia di Milano). Titolo della tesi "Effetti immediati del trattamento della dura madre sulla catena miofasciale posteriore".
- **Responsabile del settore "ricerca e tesi"** dell'Osteopathic Spine Center Education (BO) e della Scuola di Osteopatia ASFOM (BA) dal 2014
- Assistente nel corso "*Teoria tecnica e didattica del Fitness*" nel Corso di Laurea in Scienze Motorie presso l'Università degli Studi di Padova dall'anno 2006.

Pubblicazioni in extenso

- **Pacelli F**, Paoli A, Zolesi V, Norcini A, Donati A, Reggiani C. *Implementation and ground validation of a facility for functional and structural analysis of proximal upper limb muscles in microgravity*. Basic and Applied Myology 2009, 19, 77-86.
- Bianco A, Paoli A, **Pacelli F**, Marcolin G, Terzulli G, Palma A. *Allenamento Circuit Training al mattino o alla sera: Effetti sulla composizione corporea e sul consumo di*

- ossigeno indiretto*. Rivista della Facoltà di Scienze Motorie dell'Università degli Studi di Palermo. Vol 2 (1)2: 145-153, 2009.
- Paoli A, Bianco A, Neri M, **Pacelli F**, Marcolin G, Palma A. *Split exercise training in palestra: lavoro aerobico, anaerobico o misto?* Rivista della Facoltà di Scienze Motorie dell'Università degli Studi di Palermo. Vol 2(3)2: 92-106, 2009.
 - Bianco A, Paoli A, **Pacelli F**, Marcolin G, Terzulli G, Palma A. *Allenamento Circuit Training al mattino o alla sera: Effetti sulla composizione corporea e sul consumo di ossigeno indiretto*. Rivista della Facoltà di Scienze Motorie dell'Università degli Studi di Palermo. Vol 2 (1)2: 145-153, 2009.
 - Paoli A, **Pacelli F**, Bargossi AM, Marcolin G, Guzzinati S, Neri M, Bianco A, Palma A. *Effects of three distinct protocols of fitness training on body composition, strength and blood lactate*. J Sports Med Phys Fitness. 2010 Mar;50(1):43-51.
 - Paoli A, Marcolin M, Zonin F, Neri M, Sivieri A, **Pacelli QF**. *Exercising Fasting or Exercising Feeding to enhance fat loss? Influence of food intake on Respiratory Ratio and EPOC after a single bout of endurance training*. International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism. In press.
 - Paoli A, **Pacelli QF**, Toniolo L, Miotti D, Reggiani C. *Latissimus Dorsi Fine Needle Muscle Biopsy: A Novel and Efficient Approach to Study Proximal Muscles of Upper Limbs*. Journal of Surgical Research. (1-7), 2010.
 - Paoli A, **Pacelli QF**, Cancellara P, Toniolo L, Moro T, Canato M, Miotti D, Reggiani C. *Myosin isoforms and contractile properties of single fibers of human latissimus dorsi muscle*. Biomed Res Int. 2013;2013:249398. doi: 10.1155/2013/249398. Epub 2013 Jul 22.
 - Paoli A, **Pacelli QF**, Moro T, Marcolin G, Neri M, Battaglia G, Sergi G, Bolzetta F, Bianco A. *Effects of high-intensity circuit training, low intensity circuit training and endurance training on blood pressure and lipoproteins in middle-aged overweight men*. Lipids Health Dis. 2013 Sep 3;12(1):131.
 - Paoli A, **Pacelli QF**, Neri M, Toniolo L, Cancellara P, Canato M, Moro T, Quadrelli M, Morra A, Faggian D, Plebani M, Bianco A, Reggiani C. *Protein Supplementation Increases Postexercise Plasma Myostatin Concentration After 8 Weeks of Resistance Training in Young Physically Active Subjects*. J Med Food. 2014 Aug 18.
 - Neri M, **Pacelli QF**, Zonin F; *"Ipertrofia muscolare: basi metodologiche"*. Principi di Metodologia del Fitness. Paoli A, Neri M. Capitolo 11: pag. 289-309. Erika Ed. 2010.
 - **Pacelli QF**, Paoli A; *"Biomeccanica applicata. Analisi esecutiva degli esercizi"*. Principi di Metodologia del Fitness. Paoli A, Neri M. Capitolo 12: pag. 311-414. Erika Ed. 2010.
 - Paoli A, **Pacelli QF**, Velussi C; *"Analisi della composizione corporea"*. Principi di Metodologia del Fitness. Paoli A, Neri M. Capitolo 15: pag. 463-490. Erika Ed. 2010.

- Franzon L, **Pacelli QF**; *“Algie e paramorfismi. Precauzioni e trattamento nei centri fitness”*. Principi di Metodologia del Fitness. Paoli A, Neri M. Capitolo 16: pag. 495-532. Erika Ed. 2010.
- Paoli A, **Pacelli QF**; *“Plicometria: indicazioni pratiche per una corretta esecuzione e nuove correlazioni con lo status ormonale”*. Kinesis: pag. 6-10. Marzo 2010

Pubblicazioni a congressi

- **Pacelli F**, Neri M, Paoli A; *Effetto di diverse metodiche allenanti su peso, composizione corporea, misure antropometriche, lattato ematico, frequenza cardiaca e valori dei lipidi ematici*. Al Congresso “Atherosclerosis and Alzheimer’s Disease: clinical diagnosis and management in the elderly”. Policlinico Sant’Orsola-Malpighi (BO) 5.12.05.
- **Pacelli F**, Reggiani C and Paoli A; *Ground Simulation of upper limb muscle recruitment during locomotion in microgravity*. Al secondo Congresso della “Società Italiana di Biomedicina e Biotecnologia Spaziale. Bari 29-31 marzo 2007.
- **Pacelli F**, Norcini A, Donati A, Zolesi V, Paoli A, Reggiani C; *Upper limb muscle activity during locomotion in microgravity: ground simulation and pullgrip preliminary tests*. Al terzo Congresso della “Società Italiana di Biomedicina e Biotecnologia Spaziale “Verso l’esplorazione umana nello spazio”. Udine 2-3 Aprile 2008.
- Paoli A, Marcolin G, Ippolito D, Neri M, Bianco A, **Pacelli F**; *Different resistance training protocols influence basal metabolic rate and respiratory ratio in non dieting individuals*. Al tredicesimo Congresso della European College of Sport Science (ECSS). Estoril, Portogallo 9-12 luglio 2008.
- Paoli A, Marcolin G, Ippolito D, **Pacelli F**, Fagan R, Petrone N; *Influence of inspiration, expiration and apnea on isometric strenght expression and EMG activity during quadriceps maximal voluntary contractions*. Al tredicesimo Congresso della European College of Sport Science (ECSS). Estoril, Portogallo 9-12 luglio 2008.
- **Pacelli F**, Norcini A, Macchi C, Donati A, Zolesi V, Paoli A, Reggiani C; *Validation of the Pullgrip facility based on the correlation between muscle strength and muscle mass in upper limbs*. Al quarto Congresso della “Società Italiana di Biomedicina e Biotecnologia Spaziale “Un mondo senza gravità”. Santa Margherita Ligure 31 Marzo – 2 Aprile 2009.
- Cancellara P, **Pacelli F**, Toniolo L, Canato M, Moro T, Fornasier T, Paoli A, Reggiani C; *Effect of strength training on contractile performance and MHC isoform composition in human upper limb muscle fibres*. Al sesto meeting dell’Istituto Interuniversitario di Miologia. Siena 21-23 Ottobre 2009.
- **Pacelli F**, Norfini A, Morra A, Macchi C, Donati A, Zolesi V, Paoli A, Reggiani C; *Design and validation of a facility to measure strength and mass of proximal upper limb muscles based on HPA upgrading*. “Life in space for life on earth” 13-18 June 2010, Trieste
- Moro T, **Pacelli F**, Toniolo L, Canato M, Cancellara P, Miotti D, Reggiani C, Paoli A; *Gender differences in maximal strength improvement and muscle fibre characteristics after*

8 weeks of resistance training. “17th Annual Congress of the European College of Sport Science”, Bruges-Belgium, 4-7th July 2012

- Moro T, **Pacelli F**, Toniolo L, Canato M, Cancellara P, D’Alpaos E, Reggiani C, Paoli A. *A common indirect submaximal test fail to estimate the MHC isoform in latissimus dorsi muscle fibers.* “17th Annual Congress of the European College of Sport Science”, Bruges-Belgium, 4-7th July 2012

Altre informazioni:

- Consulente scientifico Selle Royal Spa dal 2009.
- Direttore Scientifico Show Personal Training Club (www.showclub.it)
- Preparatore fisico ufficiale del Team Honda Martin Racing (Campionato Mondiale Motocross MX1) dal 2011.
- Direttore scientifico e coordinatore della preparazione fisica della Pallacanestro Petrarca dall’anno 2010 e della Pallacanestro Propace dall’anno 2005.
- Equipe preparazione fisica del Volley Padova (serie A2 maschile) nella stagione 2010-11
- Vincitore del concorso “Premio Giardino Santa Lucia” tenutosi in occasione del Congresso “*Atherosclerosis and Alzheimer’s Disease: clinical diagnosis and management in the elderly*” presso il Policlinico Sant’Orsola-Malpighi (BO), in data 5.12.05, per l’attività di ricerca e studio nell’ambito della prevenzione della Sindrome Metabolica; titolo della pubblicazione: Pacelli F, Neri M, Paoli A; “Effect of different training methods on weight, body mass, anthropometric measurements, blood lactate, heartbeat, and plasma lipid values”.
- Relatore nell’ambito del Convegno medico “*Protocolli d’allenamento in presenza delle principali patologie. Prevenzione e accorgimenti*” con la seguente relazione “*Depressione e dipendenze. L’aiuto dell’attività fisica*”. Bologna, 4 novembre 2006.
- Relatore nell’ambito del Congresso della “*Società Italiana di Biomedicina e Biotecnologia Spaziale*”, “*Biomedicina Spaziale*”. Bari, febbraio 2007.
- Relatore nell’ambito del Congresso della “*Società Italiana di Biomedicina e Biotecnologia Spaziale*”, “*Verso l’esplorazione umana nello spazio*”. Udine 2-3 Aprile 2008.
- Relatore nell’ambito del Congresso della “*Società Italiana di Biomedicina e Biotecnologia Spaziale*”, “*Un mondo senza gravità*”. Santa Margherita Ligure 31 Marzo – 2 Aprile 2009.
- Relatore nell’ambito del Master in Posturologia nell’ambito della “*Show Learning School*”. Padova 3, 17, 18 ottobre 2009.
- Relatore nell’ambito del Master in Allenamento della Forza nell’ambito della “*Show Learning School*”. Padova 19,20 dicembre 2009.
- Relatore nell’ambito del Convegno medico “*Esercizio fisico: il farmaco buono. Prevenzione e terapia attraverso il movimento*”. Padova, 17.06.11
- Relatore nell’ambito del Convegno medico “*Trattamenti conservativi della lombalgia: dalla diagnosi alla risoluzione del problema*” con la seguente relazione “*Il ruolo del diaframma nel low back pain*”. Bologna, 19-20 novembre 2011.
- Relatore nell’ambito del Convegno medico “*Trattamenti conservativi della cervicalgia: dalla diagnosi alla risoluzione del problema*” con le seguenti relazioni “*Le catene miofasciali cranio-cervicali: riflessioni teorico-pratiche*” e “*Somministrazione, analisi ed interpretazione dei principali test posturologici nelle cervicalgie*”. Bologna, 1-2 dicembre 2012.

- Relatore nell'ambito del Convegno medico "*Esercizio-terapia: dalle evidenze scientifiche all'applicazione pratica*" con la seguente relazione "*Il piano di esercizio nel paziente lombalgico*". Cesena, Technogym, 20 aprile 2013.
- Relatore nell'ambito del corso di perfezionamento "*Nursing e esercizio fisico*" (master post laurea per infermieri). Università di Padova, 31 maggio 2013.
- Co-inventore del "*Duble Tonic Circuit*" (prodotto dalla "*Rizzato Personal Sport*") e del relativo Metodo Scientifico.
- Supporto alla didattica nel corso "*Attività Motoria Compensativa*" nel Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata presso l'Università degli Studi di Padova dall'anno 2006.
- Supporto alla didattica nel corso "Valutazione motoria e attitudinale" nel Corso di Laurea in Scienze Motorie presso l'Università degli Studi di Padova nell'anno 2007-8 e 2008-9.
- Consulente Scientifico e relatore nei seminari della Show Learning School.
- Brevetto di BLS-D conseguito il 19.05.07 presso l'usl 13 di Noale (VE)
- Docente nel Master in "Alta Formazione in Fisioterapia dello Sport" presso lo Spine Center di Bologna, dall'anno 2013.

Lingue straniere: inglese