

## LA PRESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA COME TERAPIA PER IL PAZIENTE TRAPIANTATO D'ORGANO



Manuela Terrotola<sup>1</sup>, Emanuela Grasso<sup>2</sup>, Francesca Puoti<sup>4</sup>, Claudia Carella<sup>1</sup>, Giulio Sergio Ro<sup>2</sup>, Giovanni Mosconi<sup>3</sup>, Gianluigi Sella<sup>4</sup>, Valentina Totti<sup>5</sup>, Daniela Storani<sup>1</sup>, Alessandro Nanni Costa<sup>1</sup>

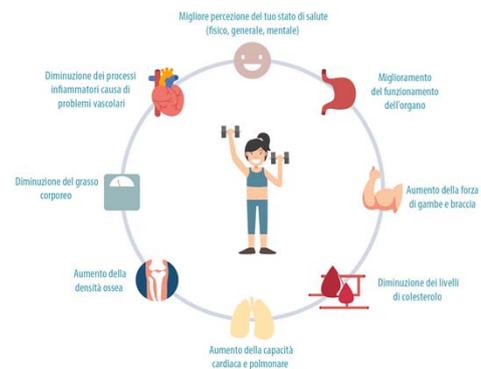
1. Centro Nazionale Trapianti, Roma – 2. Centro Studi Isokinetic, Bologna – 3. Nefrologia e Dialisi - Ospedale Morgagni-Pierantoni, Forlì  
4. Centro di Medicina dello Sport – AUSL della Romagna, Cesena – 5. Associazione Nazionale Emodializzati, Dialisi e Trapianto, Milano

### Premessa

Da anni il Centro Nazionale Trapianti è impegnato a verificare gli **effetti positivi dell'attività fisica per il paziente trapianto d'organo**.

Allo scopo di migliorare la qualità di vita del paziente e il suo reinserimento nella vita sociale, il CNT ha promosso numerosi studi scientifici e progetti di comunicazione per spiegare come un programma personalizzato di esercizio fisico può aiutare a prevenire e a curare alcune patologie croniche che intervengono nel post trapianto.

Sono stati indagati **tra i pazienti e i medici specialisti i motivi di adesione e resistenza alla terapia con attività fisica per il paziente trapianto d'organo**; è stato, inoltre, definito un modello regionale di assistenza al paziente che promuove la prescrizione dell'attività fisica attraverso il coinvolgimento di personale e di strutture facilmente accessibili per i pazienti.



### Metodi

Lo studio clinico «Trapianto...e adesso Sport» si articola in due momenti: una **fase di reclutamento dei pazienti** e una **fase di trattamento non farmacologico** con attività fisica.

Il Centro Trapianti di riferimento effettua tutti gli esami clinici e strumentali del caso, gli esami ematochimici di routine, si occupa di somministrare il questionario SF36 e il questionario IPAQ (Coorte B) e di stilare una breve relazione clinica da presentare al Medico dello Sport.

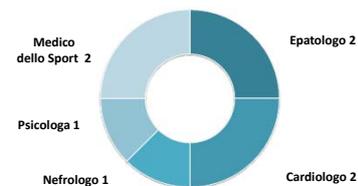
Il Centro Trapianti definisce anche in quale coorte inserire i pazienti secondo le possibilità concrete (logistiche) di effettuare esercizio con supervisione. Le valutazioni della forma fisica e la prescrizione dell'attività sono effettuate presso il Centro di Medicina dello Sport da Medici dello Sport, operanti presso il Servizio Sanitario Nazionale, previamente istruiti e sulla base delle esigenze di ogni singolo paziente.

Tempo	FASE DI SELEZIONE DEI PAZIENTI	FASE DI VERIFICA		
	Da -6 mesi a tempo 0	Baseline tempo 0	Mese 6*	Mese 12*
Flow Chart	Visita presso il Centro Trapianti Visita specialistica presso Centro di Medicina dello Sport Somministrazione SF36 Somministrazione IPAQ (Coorte B)	Terapia fisica in Palestra (Coorte A) A domicilio (Coorte B)	Terapia fisica in Palestra (Coorte A) A domicilio (Coorte B)	Terapia fisica in Palestra (Coorte A) A domicilio (Coorte B)

Alla luce delle evidenze scientifiche, è stata condotta una ricerca disegnata e realizzata per indagare la percezione, il vissuto e le attitudini dei pazienti trapiantati di organo e dei loro medici in merito alla pratica dell'attività fisica come terapia non farmacologica. Attraverso interviste semi-strutturate a medici specialisti e ai pazienti trapiantati l'**indagine qualitativa** ha permesso di capire come comunicare al paziente l'importanza di un'adesione maggiore alla terapia e motivare il medico a prescriberla abitualmente.

	RENE	CUORE	FEGATO
	<b>8 PAZIENTI</b>	<b>3 PAZIENTI</b>	<b>5 PAZIENTI</b>
Sede trapianto	Nord: 3 Centro: 3 Sud: 2	Nord: 1 Centro: 1 Sud: 1	Nord: 2 Centro: 2 Sud: 1
Genere paziente	Uomo: 5 Donna: 3	Uomo: 2 Donna: 1	Uomo: 4 Donna: 1
Età paziente	18-30: 1 31-50: 2 51-70: 5	18-30: 1 31-50: 1 51-70: 1	18-30: 1 31-50: 1 51-70: 3

### INTERVISTE A MEDICI SPECIALISTI



### Risultati

Nello studio clinico sono stati reclutati **oltre 200 trapiantati** di cuore, rene, fegato e polmone e il follow up a 6 e a 12 mesi ha dimostrato che un programma personalizzato di attività fisica migliora i parametri fisiologici del paziente: la creatinina e la proteinuria restano stabili, la forza fisica e la resistenza migliorano. L'indagine qualitativa ha evidenziato che, tra i medici specialisti, si rende necessario **rafforzare la cultura** dell'efficacia dell'attività fisica e della **possibilità di prescrizione** di un programma di esercizio quotidiano sia libero che controllato. I pazienti hanno stabilito come prioritarie **l'accessibilità e la sostenibilità della pratica dell'attività fisica** e l'importanza di ricevere dal proprio medico **evidenze scientifiche** che comprovino i benefici dell'attività fisica post-trapianto.

### INCREMENTO PERCENTUALE INDICI STATO DI SALUTE

