

POLICLINICO DI SANT'ORSOLA



*L'attività fisica regolare può ridurre il rischio di patologie cardiovascolari nei pazienti che hanno ricevuto un trapianto di fegato, cuore o rene. L'IRCCS Policlinico di Sant'Orsola e l'AUSL di Romagna, con il supporto di Centro Nazionale Trapianti e Centro Riferimento Trapianti, avviano insieme un progetto di ricerca e coronano quasi due anni di impegno comune sui pazienti trapiantati*



Bologna, 6 marzo 2023 - I pazienti che hanno ricevuto un trapianto di fegato, cuore o polmone hanno un maggiore rischio di sviluppare patologie cardiovascolari a causa dei farmaci anti-rigetto che devono assumere per tutta la vita e della tendenza dei pazienti trapiantati ad aumentare il peso corporeo e della propensione alla sedentarietà.

A dimostrarlo dati concreti. Per i trapianti di fegato parliamo del 64% in più di rischio in 10 anni dopo l'intervento rispetto alla popolazione generale. Per quanto riguarda i trapianti di cuore, la principale causa di morte nei 3 anni successivi all'intervento è relativa proprio alla vasculopatia cardiaca post trapianto. Mentre per il rene parliamo di un'incidenza di eventi cardiovascolari che aumenta nel tempo: il 5% un anno dopo il trapianto che sale all'8,1% dopo cinque anni, per arrivare all'11,9% dopo 10 anni.

Sono solo alcuni dei numeri da cui prende fondamento l'impegno dell'IRCCS Policlinico di Sant'Orsola e Azienda USL di Romagna, con il contributo del Centro Nazionale Trapianti e del Centro Riferimento Trapianti per un accordo che prevede di mettere in comune competenze in ambito di ricerca e di supporto dei pazienti anche dopo l'intervento.

Si tratta di circa 400 pazienti trapiantati di fegato o rene coinvolti in un nuovissimo studio per provare la diminuzione del rischio cardiovascolare grazie ad un percorso specifico di attività fisica regolare e controllata insieme a una dieta nutrizionale bilanciata. Oltre al rischio cardiovascolare verranno valutati la percezione della qualità di vita e la variazione del quadro infiammatorio complessivo del soggetto trapiantato.

Più precisamente per ogni paziente viene fatta una valutazione funzionale relativa alla capacità aerobica e di forza presso il Centro di Medicina dello Sport dell'AUSL di Bologna o dell'AUSL Romagna. Viene poi strutturata e consegnata una prescrizione dell'esercizio fisico personalizzata, che può essere svolta in autonomia o presso palestre certificate (palestre della salute).

A questo seguono incontri e valutazioni regolari dell'andamento del percorso a 6, 12, 24 e 36 mesi. L'esercizio fisico prescritto ha come schema di riferimento quello previsto dalle linee guida dell'OMS 2020: 150-300 min. di attività aerobica e 2 sedute di forza alla settimana da personalizzare su esigenze del paziente.

In generale la ricerca risponde alla sempre maggiore consapevolezza sul beneficio dell'attività fisica anche per questi soggetti: rispetto alle indicazioni del passato, infatti, dove si sconsigliava l'attività fisica ai pazienti trapiantati per tutelare l'organo. Questo ha prodotto evidenti barriere psicologiche che ora si cercano di superare.

Numerosi studi condotti su pazienti trapiantati d'organo, stabilizzati da un punto di vista clinico e che praticano abitualmente attività sportiva, hanno dimostrato che tali attività non hanno effetti negativi sui parametri clinici della funzionalità dell'organo, con un andamento paragonabile ai soggetti sani.

Attualmente quindi, la comunità scientifica è ampiamente convinta del contributo che lo sport regolare può comportare nella vita di chi ha ricevuto un trapianto. Dalla migliore ossigenazione dei tessuti, a un recupero post-operatorio più rapido, passando per la fiducia psicologica e l'effetto stabilizzante a livello neurologico grazie alla produzione di endorfine.

Ma non è finita qui: un ulteriore aspetto che i ricercatori tengono in considerazione riguarda l'aumento di peso: nel periodo successivo al trapianto si riscontra una tendenza all'obesità nel 50% dei pazienti, compresi coloro che non lo erano prima dell'intervento, con un aumento del peso corporeo tra il 10% e il 35%. Per questa ragione viene effettuata anche una valutazione dello stato nutrizionale dei pazienti a cui corrispondono consigli dietetici specifici.

Così IRCCS Policlinico di Sant'Orsola e Ausl di Romagna puntano a consolidare un'idea di cura per questi pazienti che va oltre la diagnosi e l'intervento. Oggi, infatti, il trapianto di organi solidi (rene, cuore, fegato, polmone e pancreas) costituisce una valida opzione terapeutica che permette un pieno recupero del benessere fisico con reinserimento sociale e lavorativo. L'impegno rappresenta quindi un passo ulteriore, con un supporto continuativo e con attività di ricerca in tutti gli ambiti che riguardano la vita e il benessere dopo la ricezione di un organo.