

**Mariangelo Cossolini, *Fabio Lorenzelli, *Giacomo Poggioli, **Maria Simonetta Spada,
Laura Chiappa, *Silvio Calvi**

*USSD Coordinamento Prelievo e Trapianti, *USC Medicina dello sport, **USSD Psicologia Clinica,
*** Direttore Sanitario, A.O. Papa Giovanni di Bergamo, ****Past President Club Alpino Italiano di Bergamo*

TRAPIANTO D'ORGANI E TREKKING IN MONTAGNA

Materiali e Metodi

Dopo il trapianto d'organo è possibile riprendere o iniziare attività sportive.

L'Ospedale Papa Giovanni XXIII di Bergamo è inserito nel progetto CNT "Trapianto e adesso sport".

Essendo Bergamo vicina alla montagna, abbiamo pensato di utilizzare lo stesso protocollo per un programma di trekking in montagna, per pazienti trapiantati, accompagnati da un esperto del CAI di Bergamo, trapiantato di fegato.

Con la supervisione della USSD Coordinamento prelievo e trapianto organi per la parte organizzativa, la collaborazione della USC Medicina dello sport, della USSD di Psicologia clinica e dei Centri Trapianto di rene, fegato e cuore della AO Papa Giovanni XXIII di Bergamo, si è stilato un progetto mirato a misurare eventuali miglioramenti fisici e psichici all'inizio e alla fine del programma. Hanno aderito 14 trapiantati (1 cuore, 2 rene, 11 fegato): attraverso colloqui individuali con lo psicologo e un focus group con i partecipanti si è voluto inserire l'intervento nell'ambito di un percorso di cura di sé e di valorizzazione delle proprie risorse anche attraverso il gruppo.



Conclusioni

Nei test finali abbiamo riscontrato un aumento dei valori medi di carico massimo (watt) sostenuto in un test incrementale al cicloergometro, con aumento del consumo di ossigeno di picco, un' aumentata produzione di acido lattico al carico massimo e una minore F.C. massima. Inoltre questi parametri misurati durante il test finale si sono mantenuti ad un livello più basso a parità di carico imposto: indice di migliore tolleranza allo sforzo. Leggermente migliorati anche il peso, la percentuale di grasso corporeo e la massa muscolare. Invariata la forza espressa dagli arti superiori (handgrip test), diminuito invece lo spostamento del centro di gravità in volo durante salto in alto da fermo (test di Bosco), in genere per problemi di esecuzione.

I dati misurati confluiranno con quelli dello studio nazionale per verificare la significatività statistica dello andamento da noi riscontrato.

