

L'attività fisica in dialisi peritoneale: le opinioni dei nefrologi

Report dal XVII Convegno Nazionale del Gruppo di Studio SIN "Dialisi Peritoneale"

Claudia Del Corso¹, Alessandro Capitanini¹, Adamasco Cupisti², Enrico Fiaccadori³, Domenico Giannese², Caterina Cianchi², Roberto Corciulo⁴, Gruppo Toscano Dialisi Peritoneale*

¹ U.O. Nefrologia e Dialisi, Ospedale Pescia, Pistoia

² Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale, Università di Pisa, Pisa

³ Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale, Università di Parma, Parma

⁴ Dipartimento Emergenza e Trapianto d'Organo, Università di Bari, Bari

PHYSICAL ACTIVITY IN PERITONEAL DIALYSIS: THE OPINION OF THE NEPHROLOGISTS

Abstract. At the 17th national meeting of the "Peritoneal dialysis" Study Group (Italian Society of Nephrology), held in Montecatini Terme (20-22 March, 2014), 141 physicians received a questionnaire to survey the opinion of the Italian Nephrologists on the issue of physical activity in peritoneal dialysis patients.

All participants agreed on the benefits of physical activity and on the need for its implementation in dialysis patients. Overall, 90% of the participants considered physical activity as an important aspect of the clinical care management. Most of the Nephrologists (61%) believed that patients are interested in exercising and that they can improve their physical activity if motivated or stimulated by the dialysis staff. However, some warnings (by 85% of the physicians) emerged about the safety of physical activity in dialysis patients. Despite this, many Nephrologists believed they could be able to prescribe exercises to their patients. About 86% of the participants declared to give advices about physical activity, but only few of them (7%) provided written informative material or worked together with professionals in the field of physical activity care.

In conclusion, the survey revealed that participants strongly believe that a sedentary lifestyle is deleterious and that physical activity should be implemented in peritoneal dialysis patients. However, this implementation seems to be rather difficult in real life. Therefore, it is highly desirable to create a scientific cooperation among specialists and health professionals of different fields to improve the physical activity and exercise programs of peritoneal dialysis patients.

Key words: Physical activity, Exercise, Peritoneal dialysis, Quality of life

Conflict of interest: None.

Financial support: None.

Accettato: 26 Luglio 2014



Claudia Del Corso

Introduzione

Nei pazienti affetti da malattia renale cronica è molto frequente ritrovare uno stile di vita sedentario e una riduzione delle performance fisiche (1). In particolare nei pazienti in dialisi, la capacità di esercizio fisico è ridotta anche per le frequenti complicanze e comorbidità cardiovascolari, il diabete, la malnutrizione, e la depressione. I pazienti in dialisi che hanno uno stile di vita sedentario sono a maggior rischio di mortalità rispetto ai pazienti attivi (2). Al contrario, un regolare esercizio fisico può favori-

re la riabilitazione e la correzione di diverse anomalie cardiovascolari, metaboliche, e nutrizionali (1, 3).

Diversi studi osservazionali mostrano che il livello di attività fisica è strettamente associato alla qualità della vita e allo stato nutrizionale, nonché alla sopravvivenza (1, 4). Studi di intervento sono invece carenti. Tra questi, si è recentemente concluso un trial italiano multicentrico randomizzato controllato (EXCITE) che darà presto risposte sugli effetti di un programma di esercizio extradialitico sulla performance, sopravvivenza, e ospedalizzazione (5).

Una recente ed ampia revisione della letteratura (1) conclude che "Clinicians should inform adults with CKD that there is scientific evidence showing that by exercising regularly for

>30 minutes/ session and 3 times/week they would improve their physical fitness, walking capacity, cardiovascular dimensions (e.g. blood pressure and heart rate), some nutritional parameters and health related quality of life” e che “Beneficial effects are present in both adults with CKD stages 1 to 5, patients with dialysis (haemodialysis and peritoneal dialysis) and kidney transplant recipients. Clinicians should encourage adults with CKD to participate in regular exercise regimens” (1).

In particolare, i pazienti in dialisi peritoneale possono giovare di una regolare attività fisica anche per migliorare le note problematiche che interessano il metabolismo proteico ed energetico, nonché lo stato di nutrizione di questa categoria di pazienti. Purtroppo, mancano studi che affrontano in modo sistematico l'aspetto dell'attività fisica nei pazienti in dialisi peritoneale.

Da tutto questo ne deriva che l'implementazione dell'attività fisica dovrebbe essere uno degli obiettivi della cura dei pazienti uremici cronici in dialisi (6-8), ma evidentemente diverse “barriere” impediscono un'ampia e diffusa attuazione dei programmi di esercizio fisico nei reparti di dialisi (9, 10). Del resto, per sostenere questi programmi, servono motivazione e volontà da parte dei pazienti e “caregivers”, nonché risorse strutturali e funzionali adeguate (11, 12), tutte condizioni che spesso possono mancare in molte realtà anche del nostro Paese.

Indagine

In occasione del XVII convegno nazionale del Gruppo di Studio SIN “Dialisi Peritoneale”, svoltosi a Montecatini Terme (20-22 Marzo 2014), è stato distribuito un questionario con l'intento di rilevare le opinioni dei nefrologi italiani sulla problematica dell'attività fisica nei pazienti in dialisi peritoneale, e sulle “barriere” che ne impediscono lo sviluppo.

Sono stati coinvolti 141 medici (61 maschi), di età 52.6 ± 8 anni, ben distribuiti per area geografica (Sud 29%, Centro 35%, e Nord 36%).

La Tabella I riporta la prevalenza delle risposte ai 17 punti proposti. La totalità del campione intervistato concorda sull'utilità dell'esercizio fisico e sulla necessità di incrementarlo nella popolazione dialitica, al pari di quella generale. La quasi totalità del campione (90%) reputa che l'attività fisica sia importante come le altre problematiche cliniche. La maggioranza degli intervistati ritiene il paziente interessato (61%) e, se opportunamente stimolato, disposto ad incrementare l'esercizio fisico (64%). Il 78% riesce a trovare il tempo per informarsi riguardo le abitudini del paziente in merito all'esercizio. Tuttavia, nonostante le preoccupazioni in merito alla sicurezza dell'attività fisica in dialisi (85%), non tutti si considerano capaci di effettuare una prescrizione in merito (78%). Gli intervistati ritengono però la prescrizione dell'esercizio fisico compito esclusivo del personale di dialisi (98%), avvalendosi, in un numero limitato di casi, delle competenze di altre figure

TABELLA I - RISULTATI RELATIVE AI 17 PUNTI DEL QUESTIONARIO AUTOSOMMINISTRATO

	Si (%)	No (%)	Non so (%)
Crede che uno stile di vita sedentario possa rappresentare un importante fattore rischio per la salute nella popolazione generale	100	0	0
Crede che aumentare il livello di attività fisica possa essere utile per la maggior parte delle persone	100	0	0
Crede che l'attività fisica possa essere utile per i pazienti in dialisi	100	0	0
Sono preoccupato per i rischi legati all'esercizio fisico nei pazienti in dialisi	10	85	5
Crede che la maggior parte dei pazienti sottoposti a dialisi aumenterebbe l'attività fisica se consigliato	64	14	22
Ho tempo per parlare con i pazienti in dialisi circa l'attività fisica	78	18	4
Crede che i pazienti sottoposti a dialisi siano interessati al tema dell'attività fisica	61	18	21
Crede che l'esercizio fisico sia importante quanto altri problemi medici	90	4	6
Crede che sia compito del nefrologo o dell'infermiere consigliare ai pazienti in dialisi l'attività fisica	98	1	1
Ho fiducia nelle mie capacità per discutere di questo argomento con i pazienti	78	4	18
Mi informo spesso sull'attività fisica dei pazienti	78	22	2
Consiglio spesso di fare attività fisica	86	12	2
Chiedo spesso notizie sul livello di attività fisica e fornisco consigli sull'attività fisica	78	18	4
Prescrivo spesso attività fisica	80	19	1
Fornisco spesso materiale scritto sull'attività fisica	7	91	2
Invio spesso il paziente ad altri specialisti per impostare l'attività fisica	14	85	1
Fornisco spesso attrezzi per lo svolgimento dell'attività fisica	4	96	1

professionali (14%).

L'86% degli intervistati prescrive e fornisce consigli in merito all'attività fisica, limitandosi nella maggior parte dei casi a consigli verbali, siccome raramente fornisce materiale informativo scritto (7%), invia il paziente a specialisti del settore, e quasi mai consegna attrezzature atte a svolgere l'attività fisica indicata (3%).

Conclusione

Nell'insieme, le risposte dei nefrologi interessati alla dialisi peritoneale dimostrano come ci sia accordo sui rischi legati alla sedentarietà e sugli effetti positivi indotti dall'attività fisica nei pazienti in dialisi. Tuttavia, pur trasparendo la volontà di consigliare e incentivare l'attività fisica, non viene quasi mai fornito materiale scritto esplicativo né inviato il paziente a figure professionali dedicate.

Infine, una parte delle difficoltà nell'implementare programmi di attività fisica è attribuita ad una scarsa aderenza o interesse da parte dei pazienti.

Quindi, in conclusione, esiste l'interesse per contrastare la sedentarietà e favorire l'attività fisica nei pazienti in dialisi peritoneale, ma la reale implementazione appare difficile e problematica. È quindi auspicabile una collaborazione scientifica e applicativa che coinvolga più gruppi di studio e più figure professionali dedicate allo sviluppo dell'attività ed esercizio fisico in dialisi peritoneale.

Riassunto

In occasione del XVII convegno nazionale del Gruppo di Studio SIN "Dialisi Peritoneale", svoltosi a Montecatini Terme (20-22 Marzo 2014), è stato distribuito un questionario a 141 medici con l'intento di rilevare le opinioni dei nefrologi italiani sulla problematica dell'attività fisica nei pazienti in dialisi peritoneale, e sulle "barriere" che ne impediscono lo sviluppo.

La totalità del campione intervistato concorda sull'utilità dell'esercizio fisico e sulla necessità di incrementarlo nella popolazione dialitica. Il 90% degli intervistati reputa che l'attività fisica sia un'importante problematica clinica, e il 78% riesce a trovare il tempo per informarsi riguardo le abitudini del paziente in merito all'esercizio. La maggioranza degli intervistati (61%) ritiene il paziente interessato e, se opportunamente stimolato, disposto ad incrementare l'esercizio fisico (64%).

Tuttavia, nonostante le preoccupazioni in merito alla sicurezza dell'attività fisica in dialisi (85%), non tutti si con-

siderano capaci di effettuare una prescrizione in merito (78%). L'86% degli intervistati riferisce di fornire consigli in merito all'attività fisica ma di fornire solo raramente materiale informativo scritto (7%), consigliare al paziente specialisti del settore, e quasi mai di consegnare attrezzature atte a svolgere l'attività fisica indicata (3%).

In conclusione, mentre traspare l'interesse a contrastare la sedentarietà e favorire l'attività fisica nei pazienti in dialisi peritoneale, la reale implementazione appare difficile e problematica. È quindi auspicabile una collaborazione scientifica e applicativa che coinvolga più gruppi di studio e più figure professionali dedicate allo sviluppo dell'attività ed esercizio fisico in dialisi peritoneale.

Parole chiave: Attività fisica, Esercizio, Dialisi peritoneale, Qualità di vita

Dichiarazione di conflitto di interessi: Gli Autori dichiarano di non avere conflitto di interessi.

Contributi economici agli Autori: Gli Autori dichiarano di non aver ricevuto sponsorizzazioni economiche per la preparazione dell'articolo.

*Gruppo Toscano Dialisi Peritoneale:

Stefano Aterini, Marina Barattini, Massimo Belluardo, Francesca Cappelletti, Antonio Carlini, Gian Marco Caselli, Battista Catania, Antonio Cioni, Marina Consaga, Piero Dattolo, Viviana Finato, Elisabetta Giovannetti, Luca Massanti, Alvisse Mencherini, Daniela Palmarini, Enrico Sansoni, Francesco Santori, Stefano Sposini.

Indirizzo degli Autori:

Dr.ssa Claudia Del Corso
 Dialisi Peritoneale
 U.O. Nefrologia e Dialisi
 Azienda USL3 di Pistoia
 Via C. Battisti 1
 51017 Pescia (PT)
 c.delcorso@usl3.toscana.it

Bibliografia

1. Heiwe S, Jacobson SH. Exercise training for adults with chronic kidney disease. *Cochrane Database Syst Rev* 2011; 5; (10): CD003236.
2. Stack AG, Molony DA, Rives T, Tyson J, Murthy BV. Association of physical activity with mortality in the US dialysis population. *Am J Kidney Dis* 2005; 45: 690-701.
3. Johansen KL, Kaysen GA, Dalrymple LS, et al. Association of physical activity with survival among ambulatory patients on dialysis: the comprehensive dialysis study. *Clin J Am Soc Nephrol* 2013; 8: 248-53.
4. Cupisti A, D'Alessandro C, Fumagalli G, et al. Nutrition and physical activity in CKD patients. *Kidney Blood Press Res* 2014; 39: 107-13.
5. Baggetta R, Bolignano D, Torino C, et al. Fitness for entering a simple exercise program and mortality: a study corollary to the exercise introduction to enhance performance in dialysis (Excite) trial. *Kidney Blood Press Res* 2014; 39: 197-204.
6. Manfredini F, Mallamaci F, Catizone L, Zoccali C. The burden of physical inactivity in chronic kidney disease: is there an exit strategy? *Nephrol Dial Transplant* 2012; 27: 2143-5.
7. Cupisti A, D'Alessandro C, Bottai A, Fumagalli G, Capitanini A. Physical activity and exercise training: a relevant aspect of the dialysis patient's care. *Intern Emerg Med* 2013; 8 Suppl 1: 31-4.
8. Aucella F, Valente GL, Catizone L. The role of physical activity in the CKD setting. *Kidney Blood Press Res* 2014; 39: 97-106.
9. Delgado C, Johansen KL. Barriers to exercise participation among dialysis patients. *Nephrol Dial Transplant* 2012; 27: 1152-1157.
10. Fiaccadori E, Sabatino A, Schito F, et al. Barriers to physical activity in chronic hemodialysis patients: a single-center pilot study in an Italian dialysis facility. *Kidney Blood Press Res* 2014; 39: 169-75.
11. Bennett PN, Breugelmans L, Barnard R, et al. Sustaining a hemodialysis exercise program: a review. *Semin Dial* 2010; 23: 62-73.
12. Capitanini A, Lange S, D'Alessandro C, et al. Dialysis exercise team: the way to sustain exercise programs in hemodialysis patients. *Kidney Blood Press Res* 2014; 39: 129-33.