

**Vuoi partecipare a uno studio sull'alta quota?
Cerchiamo persone volontarie!**

A giugno condurremo nel terraXcube (<http://terraxcube.eurac.edu>) uno studio per capire come l'alta quota influenza le prestazioni fisiche. Il terraXcube può simulare sia l'ipossia normobarica che l'ipossia ipobarica. Ipossia normobarica significa che la pressione barometrica dell'aria rimane invariata, mentre la concentrazione di ossigeno si riduce. Invece, nell'ipossia ipobarica la pressione dell'aria si riduce, come accade durante una vera e propria salita in alta quota. Scopo dello studio è analizzare se entrambe le "forme" di ipossia inneschino gli stessi effetti sulle prestazioni fisiche. A questo scopo, stiamo cercando persone che partecipino alla ricerca e completino diversi test di esercizio fisico (su un cicloergometro) in entrambe le condizioni, a 4000 m. Inoltre, all'inizio dello studio, verrà eseguito un test **incrementale massimale a livello del mare. Questo test viene eseguito come test di familiarizzazione, ma anche per individuare le soglie ventilatorie. Chi parteciperà riceverà i risultati della diagnostica delle prestazioni, così come tutti gli altri dati.** Nel corso dei test in alta quota saranno effettuate diverse misurazioni e alcuni prelievi di sangue tramite catetere arterioso.

Chiunque voglia partecipare in modo volontario, per essere idoneo alla sperimentazione, non deve presentare patologie pregresse e deve rientrare nei seguenti criteri di inclusione:

- Essere in un'età compresa tra i 20 e i 40 anni
- Svolgere un allenamento regolare (3-4 volte la settimana o oltre)
- Non essere fumatore, non abusare di alcool o droghe
- Non aver soggiornato in alta quota, ovvero a >2500 m, nelle 4 settimane precedenti l'inizio dello studio
- Essere in possesso di un certificato medico sportivo con idoneità agonistica in corso di validità
- Essere in possesso di una vaccinazione oppure di un test sierologico con evidenza di anticorpi contro il SARS-CoV-2 (il test verrà organizzato da noi)



Periodo dei test:

Test di familiarizzazione:

**1 giorno (2-3 h) in questa settimana
31.05. – 05.06.2021**

Primo test a 4000m:

**1 giorno (3-4 h) in questa settimana
07.06. – 11.06.2021**

Secondo test a 4000m:

**1 giorno (3-4 h) in questa settimana
21.06. – 25.06.2021**

Se sei interessato e per ulteriori informazioni contatta Hannes Gatterer

hannes.gatterer@eurac.edu