

Cerchiamo **partecipanti** per uno studio sugli effetti dell'esposizione ad

ALTITUDINE MODERATA

Più di 200 milioni di persone nel mondo vivono ad altitudini superiori ai 2.000 m e molte altre la frequentano nel tempo libero. Quando si parla degli effetti fisiologici dell'esposizione all'altitudine, la quota è importante.

Tuttavia, la maggior parte degli studi condotti finora sono stati effettuati ad altitudini elevate (> 3.000 m), mentre gli effetti dello stimolo ipossico più lieve a quote moderate sono poco conosciuti.

Lo scopo di questo studio è quello di indagare vari effetti fisiologici di un soggiorno di quattro settimane in un rifugio di montagna a 2.300 m su individui sani. Il soggiorno sarà preceduto da una settimana a un'altitudine inferiore. Una serie di misurazioni sarà inoltre effettuata nella settimana successiva all'esposizione.

CHI PUÒ PARTECIPARE?

Uomini e donne sani di età compresa tra i 18 e i 40 anni con peso corporeo normale.

Criteri di esclusione:

- Allenamento di resistenza svolto con regolarità (più di due volte a settimana)
- Fumo
- Abuso di droghe o alcool
- Pressione arteriosa elevata
- Uso cronico di farmaci
- Soggiorni regolari o prolungati > 1.500 m nelle ultime quattro settimane prima dello studio
- Dieta speciale (per esempio vegana)
- Allergie o intolleranze alimentari
- Disturbi alimentari
- Gravidanza
- Carenza di ferro diagnosticata

QUANDO E DOVE SI SVOLGE LO STUDIO?

Periodo di studio: agosto – settembre 2026

Soggiorno a bassa quota: Silandro

Altitudine moderata: Rifugio Nino Corsi, val Martello

Screening e misurazioni successive: Eurac Research, Bolzano

È PREVISTO UN RIMBORSO SPESE?

Per il tempo trascorso a partecipare allo studio verrà corrisposto un rimborso di 400 € (lordi). Inoltre, tutti i pasti saranno forniti durante lo studio.



Ulteriori informazioni e iscrizioni

Si prega di contattare Birna Vardardottir:
mahe@eurac.edu, Istituto per la medicina d'emergenza in montagna, Eurac Research, via Ipazia 2, 39100 Bolzano (Italia).

Per consentirci di trattare i tuoi dati in conformità con la legge, ti preghiamo di leggere l'informativa riportata di seguito e di aggiungerla alla tua e-mail di candidatura: "Ho letto e compreso l'informativa sulla privacy disponibile all'indirizzo <https://www.eurac.edu/it/static/privacy-policy> e autorizzo Eurac Research a trattare i miei dati personali in conformità con il Regolamento UE n. 2016/679 e la normativa nazionale".

Lo studio è finanziato dal programma "Joint Projects" del Fondo nazionale svizzero e della Provincia autonoma di Bolzano, ed è stato approvato dal Comitato etico dell'ospedale di Bolzano (25-2025).

Chi siamo

Siamo ricercatori e ricercatrici dell'Istituto per la medicina d'emergenza in montagna di Eurac Research. Il nostro team è specializzato in medicina e fisiologia e l'obiettivo della nostra ricerca è migliorare la diagnosi e il trattamento delle patologie e dei traumi in montagna.

Wir suchen **Freiwillige** für eine Studie über die Auswirkungen

MODERATER HÖHENEXPOSITION

Mehr als 200 Millionen Menschen weltweit leben auf über 2.000 m ü. d. M. und viele weitere halten sich in ihrer Freizeit dort auf. Wenn es um die physiologischen Auswirkungen der Höhenexposition geht, ist der Höhengrad wichtig. Die meisten der bisher durchgeführten Studien wurden in großen Höhen (> 3.000 m) durchgeführt. Wie sich der mildere hypoxische Reiz von moderaten Höhen auswirkt, ist hingegen kaum erforscht.

Ziel dieser Studie ist es, verschiedene physiologische Auswirkungen eines vierwöchigen Aufenthalts in moderater Höhe auf gesunde Personen zu untersuchen. Die Freiwilligen werden, nach einer Woche in einer tiefen Höhenlage, vier Wochen in einer Berghütte in 2.300 m Höhe verbringen. Außerdem werden auch in der Woche nach der Exposition Nachmessungen durchgeführt.

WER KANN TEILNEHMEN?

Gesunde Männer und Frauen im Alter zwischen 18 und 40 Jahren mit Normalgewicht.

Ausschlusskriterien:

- Regelmäßiges Ausdauertraining (zwei Mal pro Woche)
- Rauchen
- Drogen- oder Alkoholmissbrauch
- Bluthochdruck
- Chronische Medikamenteneinnahme
- Regelmäßige oder verlängert Aufenthalte > 1.500 m vier Wochen vor der Studie
- Spezielle Ernährung (z. B. vegan)
- Nahrungsmittelallergien oder -unverträglichkeiten
- Essstörungen
- Schwangerschaft
- Diagnostizierter Eisenmangel

WANN UND WO FINDET DIE STUDIE STATT?

Studienzeitraum: August – September 2026

Woche in tiefer Höhe: Schlanders

Moderate Höhe: Zufallhütte, Martelltal

Vor- und Nachuntersuchungen: Eurac Research, Bozen

WERDEN DIE KOSTEN ERSTATTET?

Für Ihren Zeitaufwand bei der Teilnahme werden wir Sie mit einer Erstattung von 400 € (brutto) kompensieren. Außerdem werden alle Mahlzeiten während der Studie bereitgestellt.



Informationen und Anmeldung

Bitte Birna Vardardottir kontaktieren:
mahe@eurac.edu, Institut für Alpine
Notfallmedizin, Eurac Research, Hypatiastr. 2,
39100 Bozen (Italien).

Damit wir Ihre Daten in Übereinstimmung mit den gesetzlichen Bestimmungen verarbeiten können, lesen Sie bitte die folgenden Hinweise und fügen Sie diese Ihrer Bewerbungs-E-Mail hinzu: „Ich habe die Datenschutzerklärung unter <https://www.eurac.edu/de/static/privacy-policy> gelesen und verstanden und ermächtige Eurac Research, meine personenbezogenen Daten gemäß der EU-Verordnung.

Die Studie wird vom „Joint Projects“ Programm des Schweizer Nationalfonds und der Provinz Südtirol finanziert und wurde vom Ethikkomitee des Südtiroler Sanitätsbetriebes genehmigt (25-2025).

Über uns

Wir sind Forscherinnen und Forscher am Institut für Alpine Notfallmedizin von Eurac Research. Unser Team ist auf Medizin und Physiologie spezialisiert und das Ziel unserer Forschung ist es, die Diagnose und Behandlung von Krankheiten und Verletzungen im Gebirge zu verbessern.

Do you want to help us understand physiological responses to

MODERATE ALTITUDE?

More than 200 million people worldwide live at altitudes above 2,000 m, and many more regularly travel to such altitudes for recreation. When speaking of physiological effects of altitude exposures, the degree of altitude matters. However, most studies to date have been conducted at high altitudes (> 3,000 m) while the effects of the milder hypoxic stimulus at moderate altitudes are poorly understood. The aim of the study is to investigate various physiological effects of a four-week stay in a mountain hut at 2,300 m on healthy individuals. This will be preceded by a one-week lead-in at low altitude. A number of measurements will also be conducted in the week after the exposure.

WHO CAN PARTICIPATE?

Healthy 18- to 40-year-old males or females with normal body-weight.

Exclusion criteria:

- Regular endurance training (> 2x / week)
- Smoking
- Alcohol or drug abuse
- Hypertension
- Chronic medication
- Regular or prolonged stays at > 1,500 m in the past four weeks before the study
- Adherence to special diets (e. g., vegan)
- Food allergies and/or intolerances
- Eating disorders
- Pregnancy
- Known iron deficiency

WHEN AND WHERE?

Study period: August – September 2026

Low altitude lead-in: Silandro

Moderate altitude: Zufallhütte/Rifugio Nino Corsi, val Martello

Screening and post-measurements: Eurac Research, Bolzano

WILL EXPENSES BE REIMBURSED?

A reimbursement of 400 € (gross) will be offered.

Additionally, all foods will be provided throughout the study.



For more information and registration

Please contact Birna Vardardottir:

mahe@eurac.edu, Institute of Mountain Emergency Medicine, Eurac Research, Via Ipazia 2, 39100 Bolzano (Italy).

To allow us to process your data in a manner that complies with the law, please read the notice below and add it to your application email: "I have read and understood the privacy policy at <https://www.eurac.edu/en/static/privacy-policy> and authorize Eurac Research to process my personal data in accordance with EU Regulation No. 2016/679 and national law."

The study is funded by the Joint Projects program of the Swiss National Foundation (SNF) and the Province of South Tyrol and has been approved by the ethics committee of the Bolzano Hospital (25-2025).

Who we are

We are researchers at the Institute for Mountain Emergency Medicine at Eurac Research. Our team specializes in medicine and physiology, with the aim of improving the diagnosis and treatment of mountain-related illnesses and injuries.