



## **Giornata Mondiale dell'Asma** **Firenze 2-6 maggio 2007**



### **COMUNICATO STAMPA**

In occasione della Giornata Mondiale dell'Asma 2007 Federasma, la Federazione delle Associazioni italiane di pazienti e GINA-Italia, (Global Iniziative on Asthma) che sostengono la lotta all'asma e alle allergie, promuovono incontri educativi nell'ambito del Festival del Fitness di Firenze. Domenica 6 maggio, asmatici e operatori sanitari insieme ai nastri di partenza per la GuardaFirenze 2007.

## **Asma: 55.000 i giovani toscani con il fiato corto, ma lo sport riduce l'affanno**

In Toscana 1 under 18 su dieci soffre di asma e, nel 60 per cento dei casi, teme di non poter condurre una vita normale o praticare sport. Uno su cinque conduce una vita troppo sedentaria, ma l'attività fisica può ridurre del 20 per cento i sintomi dell'asma, diminuendo la necessità di farmaci, visite mediche e anche i giorni di assenza da scuola. Per combattere i pregiudizi Federasma e GINA-Italia (Global Iniziative on Asthma) organizzano una serie di iniziative educative nell'ambito del Festival del Fitness di Firenze e promuovono la partecipazione degli asmatici e degli operatori della salute all'edizione 2007 della GuardaFirenze. Presenti al Festival del Fitness e in Piazza Duomo i "Respiro Point" per la valutazione della funzionalità respiratoria e dell'ossigenazione del sangue.

Firenze, mercoledì 2 maggio 2007 - Il 7 per cento dei toscani lotta con il fiato corto. Un esercito di oltre 250.000 asmatici in costante aumento e si stima che la prevalenza dell'asma sia destinata a crescere del 50 per cento nei prossimi dieci anni. Sono soprattutto i più piccoli a esserne colpiti: in Toscana 55.000 ragazzi al di sotto dei 18 anni sono asmatici e più di uno su tre è affetto da rinite allergica, che con il passare del tempo si rivela il primo passo nel tunnel dell'asma in un caso su due. Una malattia che spaventa i più giovani: il 60 per cento dei piccoli asmatici teme di non poter svolgere una vita normale, il 40 per cento è convinto di non potersi dedicare a uno sport o praticare esercizio fisico in tutta tranquillità. E l'asma accende anche le paure di mamme e papà: il 50-60 per cento dei genitori dei

**bambini e degli adolescenti che soffrono di asma ha paura che l'attività sportiva possa scatenare gravi crisi nei figli, il 20 per cento si dice addirittura certo che lo sport sia pericoloso per chi è asmatico. Risultato, 1 under 18 con asma su cinque conduce una vita troppo sedentaria e non pratica sport. Un vero errore, perché l'attività fisica garantisce importanti benefici a giovani e giovanissimi, anche a coloro che soffrono di asma: l'esercizio fisico può ridurre del 20 per cento l'affanno tipico dell'asma soprattutto se svolto fin dall'età pediatrica e in associazione a una corretta terapia farmacologica.** Per richiamare l'attenzione su una malattia ancora sottostimata e sottotrattata **si svolgerà il 1 maggio in tutto il mondo la Giornata Mondiale dell'Asma**, evento di sensibilizzazione dell'opinione pubblica sulla malattia asmatica organizzato dalla Global Initiative on Asthma (GINA). Il tema di quest'anno è: **"You Can Control Your Asthma"**, ovvero **"Puoi tenere l'asma sotto controllo"** e proprio per combattere i pregiudizi e avvicinare gli asmatici di ogni età al piacere dell'attività fisica in tutta sicurezza, **nella settimana della Giornata Mondiale dell'Asma 2007 Federasma e il progetto LIBRA per la diffusione delle Linee Guida su Broncopneumopatia cronico-ostruttiva (GOLD, Global initiative for chronic Obstructive Lung Disease), Rinite allergica (ARIA, Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma) e Asma (GINA, Global INitiative for Asthma) organizzano una serie di iniziative educative nell'ambito del Festival del Fitness di Firenze.**

*“Nei giorni 2, 3 e 4 maggio, alle ore 16.00, Federasma terrà tre incontri educativi della durata di circa un'ora ciascuno all'interno del Festival del Fitness”, racconta Filippo Tesi, presidente di Federasma, “Si tratterà di occasioni in cui affrontare vari aspetti relativi alla gestione dell'asma nella vita reale dove i partecipanti potranno confrontarsi con alcuni fra i massimi esperti nazionali: il professor Sergio Bonini, docente di Medicina Interna della Seconda Università di Napoli, il professor Pierluigi Paggiaro, responsabile dell'Unità di Pneumologia e Fisiopatologia Respiratoria dell'università di Pisa, e il dottor Antonio Corrado, responsabile della Divisione di Pneumologia dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Careggi di Firenze. Il pubblico potrà porre domande su argomenti come l'asma e lo sport, la prevenzione, la cura e il controllo dell'asma e come prevenire le crisi d'asma. Inoltre negli stessi giorni saremo presenti al Festival del Fitness con un “Respiro Point”, un gazebo presso cui i cittadini potranno sottoporsi alla spirometria, il test per la valutazione della funzionalità respiratoria, e ad un esame in grado di quantificare i danni polmonari da fumo. Nei giorni 5 e 6 maggio un “Respiro Point” sarà attivo anche in Piazza Duomo”. Perché prima di tutto è importante la diagnosi: “Troppi bambini e adolescenti asmatici non sono diagnosticati e curati in modo giusto”, prosegue Tesi, “C'è una grave carenza di informazioni corrette: ai piccoli pazienti, ma anche ai loro genitori, mancano spesso spiegazioni chiare e non sommarie sulla malattia, l'importanza delle terapie, la gestione dell'asma nella vita di tutti i giorni. Tanto che molti, in preda alle più paurose fantasie, finiscono perfino per abbandonare le cure precludendosi la possibilità di una vita serena: chi riesce a tenere sotto controllo l'asma, infatti, può condurre una vita del tutto normale, sport compreso”.*

Perché praticare un'attività fisica è possibile, e l'asma non impedisce risultati più che eccellenti: lo dimostra **il testimonial della manifestazione, Giorgio di Centa, vincitore della medaglia d'oro nei 50 chilometri di sci di fondo alle Olimpiadi di Torino 2006.** Campione, nonostante l'asma, in uno sport che richiede sforzi prolungati in condizioni ambientali che mettono a dura prova i polmoni degli asmatici, costretti a respirare aria fredda e umida: perché ciò che conta è seguire con scrupolo le terapie e tenere sotto controllo la malattia. *“Lo sport fa bene all'asma”,* interviene il dottor **Antonio Corrado, responsabile della Divisione di Pneumologia dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Careggi di Firenze,** *“Anche e soprattutto nei più piccoli, che hanno bisogno di integrarsi con i compagni e possono soffrire nel sentirsi “diversi” dagli amici, nel non poter correre, nuotare, giocare come tutti gli altri. Oltre ai benefici psicologici, lo sport regala anche vantaggi nel combattere i danni dell'asma: l'attività fisica fa sviluppare i polmoni e la capacità respiratoria, mettendo i pazienti in condizione di affrontare piccoli e grandi sforzi senza andare in affanno. Ed è noto quanto lo sport sia importante per crescere bene, con un fisico sano in tutto e per tutto”.* Nuoto, corsa, sci: lo sport può essere praticato senza paura. A patto di fare attenzione ai campanelli d'allarme: *“La tosse o l'affanno dopo uno sforzo indicano che la terapia non tiene abbastanza*

sotto controllo la malattia ed è necessario rivolgersi al medico per correggerla”, osserva **Pierluigi Paggiaro, responsabile dell’Unità di Pneumologia e Fisiopatologia Respiratoria dell’università di Pisa**, “Ciò non implica smettere di fare movimento, perché l’obiettivo del trattamento è proprio quello di riuscire a condurre una vita normale senza i sintomi dell’asma. Un asmatico può e deve riuscirci, ma per farlo è indispensabile seguire con scrupolo le cure”. “I problemi di gestione dell’atleta asmatico, anche in relazione alla proibizione dell’uso di alcuni farmaci antiasmatici ad opera della WADA (World Anti-Doping Agency), non rappresentano una controindicazione all’attività fisica per l’asma”, ribadisce **Sergio Bonini, docente di Medicina Interna della Seconda Università di Napoli**, “Lo documentano i prestigiosi risultati ottenuti da molti atleti asmatici in tutte le discipline sportive”.

A Firenze, i pazienti asmatici daranno un’ulteriore dimostrazione di quanto sia possibile praticare uno sport in allegria e sicurezza: **domenica 6 maggio, infatti, la corsa sportiva GuardaFirenze 2007 sarà aperta agli asmatici che tengono sotto controllo la loro malattia per una marcia non competitiva sulla distanza di 3 chilometri**. E a fare loro compagnia vi saranno i medici e gli operatori del settore che daranno vita al 2° Campionato Italiano Medici ed Operatori Sanitari Memorial Maurizio Vignola. Per informazioni [www.ginasma.it](http://www.ginasma.it) o Segreteria LIBRA 055-4271462.

### PREVALENZA ASMA IN TOSCANA

CITTA'	PREVALENZA ASMA UNDER 18	PREVALENZA ASMA POPOLAZIONE GENERALE
<b>SIENA</b>	4.000	18.200
<b>FIRENZE</b>	15.000	68.000
<b>MASSA CARRARA</b>	3.000	18.600
<b>LIVORNO</b>	4.700	23.100
<b>PRATO</b>	4.200	16.600
<b>LUCCA</b>	5.700	26.600
<b>PISTOIA</b>	4.200	19.000
<b>PISA</b>	6.000	25.500
<b>AREZZO</b>	5.200	23.400
<b>GROSSETO</b>	3.000	15.300
<b>TOTALE</b>	55.000	254.000
Fonte Federasma-ISTAT		

## Consigli utili

Questi i consigli giusti perché i piccoli asmatici possano praticare sport senza rischi:

- Il nuoto è una delle attività più indicate per i bimbi e gli adolescenti se non praticato in piscina perché il cloro aumenta i sintomi asmatici. La pressione dell’acqua sul torace aiuta a migliorare ulteriormente l’espulsione dell’eventuale catarro, che potrebbe altrimenti causare infezioni; inoltre, il nuoto è uno sport completo che consente uno sviluppo corporeo armonioso.

- Molto adatti anche tutti gli sport isometrici, ovvero le attività che prevedono un grosso sforzo con poco movimento: esempi sono il canottaggio, il ciclismo, lo sci di fondo, benefici anche perché si praticano all'aperto e consentono di respirare "aria buona".
- La corsa può provocare tosse o fischio con maggiore frequenza: tuttavia, può essere praticata senza rischi se la malattia è tenuta sotto controllo con una terapia adeguata.
- Gli unici sport davvero proibiti sono le attività subacquee sia con bombole che in apnea e le attività legate al mondo dei motori, dal motociclismo, al kart, ai rally.
- Ricordare che il bimbo asmatico è prima di tutto un bambino: è bene che sia lui o lei a scegliere il tipo di esercizio fisico preferito o quello che praticano gli amici, senza porre troppe limitazioni.
- No alle preoccupazioni eccessive, ma attenzione ai segnali di allarme: la tosse o l'affanno eccessivo dopo o durante l'attività fisica non devono essere sottovalutati, perché indicano la necessità di rivedere la cura.

**Star Service Communication**  
**Ufficio stampa FEDERASMA**

Alessandra Di Mare  
339/5372575  
06/35346810

[Alessandra@starservicemedia.it](mailto:Alessandra@starservicemedia.it)

Gino Di Mare  
339/8054110  
393/2736790

[gino@staservicemedia.it](mailto:gino@staservicemedia.it)