



## Asma e BPCO: APPLICHIAMOCI PER respirare meglio

Francesca Morelli **Medicina** 📅 27 Maggio 2019 14:00



Controllare meglio i sintomi di alcune malattie respiratorie più comuni negli italiani, come l'asma che interessa 450 mila persone, soprattutto tra i 15 e i 24, e la BPCO (Broncopneumopatia Cronica Ostruttiva) che colpisce oltre 3,5 milioni di casi prevalenti negli anziani, è diventato indispensabile. Il che, in pratica, vuol dire applicarsi per

imparare a riconoscerne gli esordi e fare prevenzione, adottare corretti stili di vita, intraprendere un trattamento terapeutico salvavita il più tempestivamente possibile (a cui aderisce però meno del 30% delle persone dal respiro problematico) e abbassare così il rischio di mortalità. Asma e BPCO non solo sono responsabili di condizioni di vita invalidanti, riacutizzazioni e peggioramenti improvvisi, ma rappresentano la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori. Ma gli italiani sembrano non saperlo, o ignorarlo, tanto da trascurare i primi campanelli di allarme premonitori.

«La sottovalutazione dei sintomi, come mancanza di fiato e affanno, tosse continua, sensazione di costrizione toracica, causa una diagnosi in fase avanzata, quando la funzione respiratoria è già compromessa», spiega **Francesco Paolo Lombardo, responsabile Settore pneumologia della Macroarea cronicità SIMG** (Società Italiana Medicina Generale). «Arrivare prima, consente invece di intraprendere, fin dagli esordi, una terapia appropriata, fondamentale per il decorso e controllo della malattia».

A maggio, "Mese del Respiro", sono partite le iniziative di sensibilizzazione e applicazione per una migliore conoscenza della funzionalità del respiro. Tra queste la campagna promossa da FederASMA e ALLERGIE Onlus, SIP (Società Italiana di Pneumologia), SIMG (Società Italiana di Medicina Generale), realizzata con il contributo incondizionato di Chiesi Italia, che prevede l'organizzazione da maggio e per tutto il 2019 delle **"Giornate della Spirometria"**. Con tappe in diverse città italiane, da Nord a Sud della penisola, queste giornate prevedono: l'esecuzione gratuita presso ospedali, ambulatori di Medicina Generale e piazze delle città, della spirometria, il primo test del respiro, rapido e indolore, fondamentale per valutare la funzionalità polmonare, raccomandato soprattutto a fumatori ed ex-fumatori. Inoltre i medici di medicina generale offriranno consultazioni gratuite, facendo leva sul rapporto di fiducia e comunicazione diretta con il paziente, educandolo su possibili comportamenti a rischio per il peggioramento del respiro. All'aspetto conoscitivo si aggiunge anche una "APPLICAZIONE" pratica alla malattia. Nell'ambito della campagna, è stata infatti realizzata **"Io Respiro"**, una App pensata per i pazienti con asma e BPCO, scaricabile gratuitamente per Android e IOS, rispettivamente su Play Store e App Store. L'intento di questo strumento è aiutare i pazienti a valutare meglio l'intensità e la frequenza dei sintomi, accompagnarli all'uso corretto della terapia, formarli a un adeguato stile di vita, monitorare attraverso questionari di autovalutazione il livello di controllo dell'asma e misurare l'impatto, soprattutto della BPCO, sul benessere e la qualità di

A CURA DI



**FRANCESCA MORELLI**

Responsabile rubrica "Pianeta Bambino": free-lance, collabora con testate web e cartacee di scienza, salute e...

NEWS

**E' ora di parlare ad alta voce della malattia psoriasica**

🕒 24 Maggio 2019

**"Centri aperti" sullo scompenso cardiaco**

🕒 20 Maggio 2019

**Giornata delle Malattie Infiammatorie Croniche Intestinali: l'Italia si illumina di viola**

🕒 17 Maggio 2019

**"Porte aperte" al mal di testa per combatterlo efficacemente**

🕒 13 Maggio 2019

**Ritorna la Campagna #Reumadays in 11 città**

🕒 10 Maggio 2019

**Un Masterclass per far conoscere la talassemia**

🕒 8 Maggio 2019

[Archivio News](#)

vita.

Infine, altro obiettivo fondamentale per la cura, è rendere più semplice e immediata la condivisione delle informazioni ottenute dalla App con il proprio medico. «Oltre che per il paziente – aggiunge **Carlo Lombardi, Responsabile dell'Unità di Allergologia e Pneumologia dell'Ospedale Poliambulanza di Brescia** – l'App è molto utile anche al medico, perché fornisce indicazioni importanti sul comportamento del paziente in termini di aderenza alla terapia prescritta, spesso di difficile accettazione soprattutto da parte di giovani e adolescenti che, non temendo la morte o vergognandosi di essere considerati malati cronici, sottovalutano l'importanza della terapia stessa e i rischi connessi».

Soprattutto per loro è stata attivata anche una campagna social: **"APPLICHIAMOCI PER RESPIRARE MEGLIO"**, disponibile su Facebook, Instagram e LinkedIn (@campagnaapplichiamoci), dove sarà possibile ricevere informazioni semplici e chiare su asma e BPCO, validate dal board scientifico del progetto, scoprire consigli per preservare la salute respiratoria, conoscere le funzionalità della App "lo Respiro" e rimanere aggiornati sul calendario degli screening.

"Azzerare" i dubbi, sensibilizzare sull'importanza di fare prevenzione, fidelizzare alla terapia, per ridurre l'impatto della malattia sulla qualità di vita, sono gli obiettivi perseguiti anche dalla **Settimana contro l'asma** (3-7 giugno 2019), **ASMAZEROWEEK**, che sottolinea l'importanza di rivolgersi al medico di base e allo specialista di riferimento. «L'alleanza medico-paziente ha un valore fondamentale», aggiunge **Carlo Filippo Tesi, Presidente di FederASMA e ALLERGIE Onlus**. «Infatti al medico spetta il compito di porsi in maniera empatica nei confronti del paziente, aiutandolo a includere la terapia nella sua routine e rassicurandolo sulla possibilità di condurre una vita normale con l'asma, purché adeguatamente controllata».

Due fattori – l'aderenza alle terapie e le visite mediche regolari – che consentono di ridurre sensibilmente il rischio di riacutizzazioni e dunque le visite in emergenza o i ricoveri. «Ogni riacutizzazione – dichiara **Francesco Blasi, Direttore del Dipartimento di Medicina Interna e della UOC di Pneumologia del Policlinico di Milano** – ha un impatto sensibile sia sul paziente, sia sul progressivo effetto negativo della propria funzionalità respiratoria. Per questo la prevenzione degli attacchi dovrebbe essere lo scopo primario del medico e del paziente, attraverso l'adozione di adeguate strategie comportamentali e farmacologiche, personalizzate».

Soprattutto riguardo all'aspetto farmacologico occorre fare più chiarezza: forse anche a causa di una inefficace comunicazione e collaborazione tra il paziente e tutti gli operatori sanitari coinvolti nella gestione dell'asma, si è diffusa (erroneamente) la tendenza a fare un eccessivo affidamento sui broncodilatatori beta2-agonisti a breve durata d'azione (SABA), più comunemente conosciuti come "bomboletta blu" (in Italia ne sono state vendute 3,5 milioni di confezioni solo nel 2018), che consentono solo un sollievo temporaneo dei sintomi, senza agire sull'infiammazione sottostante. Un trend terapeutico invece destinato a cambiare, aderendo alle Raccomandazioni del Global Initiative for Asthma, le nuove Linee Guida GINA. «Queste prescrivono un trattamento non solo con i SABA, ma con una combinazione di corticosteroidi inalatori (ICS) e beta2-agonista a lunga durata d'azione – (LABA)-Formoterolo – per tenere meglio a bada nel corso dell'attacco d'asma lo stimolo infiammatorio», conclude **Giorgio Walter Canonica, Direttore della Clinica Medicina Personalizzata Asma e Allergie di Humanitas ICH Rozzano, Milano e Past President SIAAIC (Società Italiana di Allergologia e Immunologia Clinica)**. Una recente approvazione dell'Unione Europea è la molecola Dupilumab, l'unico farmaco biologico indicato nell'asma grave con infiammazione di tipo 2, caratterizzata da livelli aumentati di eosinofili nel sangue e di ossido nitrico: un'altra importante soluzione e innovazione terapeutica.

Per sensibilizzare alla corretta informazione e cura, in occasione della settimana **ASMAZEROWEEK, dal 3 al 7 giugno 2019**, in oltre 40 Centri specialistici su tutto il territorio nazionale sarà possibile effettuare visite specialistiche, con appuntamento al Numero Verde 800.628989, attivo fino al 7 giugno dal lunedì al venerdì (dalle 9 alle 13 – dalle 14 alle 18). Si possono consultare i centri aderenti all'iniziativa al sito [www.asmazeroweek.it](http://www.asmazeroweek.it), o alla pagina Facebook: <https://www.facebook.com/asmazero.it/> dove si trovano indicazioni e approfondimenti sulla malattia e la campagna.

di Francesca Morelli



ARTICOLO PRECEDENTE  
**Le dieci verità sulla tiroide**

Tags



Articoli correlati



**Le dieci verità sulla tiroide**

• Francesca Morelli 20 Maggio 2019

Che la tiroide sia una ghiandola del collo produttrice di ormoni che influenzano metabolismo, compreso quello...



**Occhio secco: ne soffre il 90% delle donne in menopausa**

• Paola Trombetta 13 Maggio 2019

È forse il disturbo oculare più sottovalutato, ma sicuramente il più frequente. Colpisce il 90% delle...