

## COMUNICATO PER I MEDIA

Berna, 23 aprile 2012

### **Asma e sport? Nessun problema!**

**Dispnea, tosse irritativa e un senso di costrizione al petto: sono i sintomi più frequenti dell'asma. Chi conosce la sua asma e la tiene sotto attento controllo può praticare attività sportive senza limitazioni. In occasione della Giornata mondiale dell'asma del 1° maggio 2012, la Lega polmonare intende dare alla popolazione un'ampia serie di informazioni su questa diffusa malattia delle vie respiratorie.**

I fattori scatenanti delle crisi d'asma sono molteplici: peli di animali, pollini o altri allergeni presenti nell'aria, sforzi fisici, aria fredda e secca. In Svizzera sono circa mezzo milione le persone che soffrono d'asma: un bambino su 10 e un adulto su 14. Per prevenire le crisi ed evitare situazioni d'emergenza, gli asmatici devono conoscere bene la loro malattia e il suo trattamento.

#### **Asma: non è guaribile ma può essere tenuta bene sotto controllo**

Anche se l'asma non è guaribile, nella maggior parte dei casi può, grazie alle odierne possibilità di trattamento, essere tenuta bene sotto controllo. Per questo sono necessari un'esatta diagnosi, un corretto trattamento e una buona istruzione delle persone colpite. Circa la metà di queste persone non tengono, però, sufficientemente sotto controllo l'asma e soffrono di sintomi e talvolta di crisi violente. Quando i bambini e gli adulti colpiti dalla malattia hanno una funzione polmonare normale, non avvertono sintomi, praticano dello sport e svolgono tutte le attività desiderate, significa che la loro asma è ben controllata.

#### **Nuovo fumetto didattico sull'asma**

In maggio uscirà il nuovo fumetto didattico "Seguendo le tracce al campo estivo", indirizzato ai bambini fino a 13 anni d'età. In modo ludico, i bambini colpiti e i loro famigliari imparano tutto sul tema dell'asma, possono risolvere degli esercizi e approfondire e applicare così le loro conoscenze.

L'opuscolo di 20 pagine "Asma. Respirare più liberamente – vivere in modo più attivo" spiega in modo conciso e comprensibile cause, sintomi e trattamento dell'asma.

## **La Lega polmonare sostiene le persone colpite con l'istruzione, la consulenza e le informazioni**

Nei corsi d'istruzione della Lega polmonare, bambini e adulti imparano, sotto la guida di personale competente, come gestire efficacemente nella vita quotidiana la loro malattia. Per gli adolescenti che soffrono d'asma, la Lega polmonare organizza corsi di canottaggio Powerlungs su diversi corsi d'acqua e laghi svizzeri.

Il **medico online**, Dott. med. Thomas Rothe, pneumologo FMH a Davos-Clavadel, risponde dal 30 aprile al 20 maggio 2012 su **www.legapolmonare.ch** a domande sull'asma e su altre malattie polmonari e delle vie respiratorie. Ogni martedì, dalle 17 alle 19, i nostri medici rispondono al **Pneumotel 0800 404 800** a domande sui polmoni e sulle vie respiratorie.

Il nuovo fumetto didattico "Alla ricerca di tracce" e altri opuscoli e fogli informativi sulle tematiche dell'asma possono essere ordinati gratuitamente in tedesco, francese e italiano sul sito **www.legapolmonare.ch**, per e-mail a [info@lung.ch](mailto:info@lung.ch), o per telefono al numero 031 378 20 50.

Le Leghe polmonari cantonali offrono diversi corsi per le persone colpite dall'asma: corsi d'istruzione per pazienti, corsi di nuoto, corsi di respirazione e movimento e corsi di fisioterapia respiratoria. Su [www.legapolmonare.ch](http://www.legapolmonare.ch) è possibile consultare l'elenco completo delle offerte disponibili.

### **Chi respira vive**

*La Lega polmonare è l'organizzazione svizzera della sanità che si occupa dei polmoni e delle vie respiratorie. Essa si impegna per ridurre sia il numero delle persone affette da disturbi sia quello dei decessi precoci conseguenti e per permettere a coloro che soffrono di affezioni respiratorie o di malattie polmonari di vivere il più a lungo possibile senza disturbi. Le 23 leghe cantonali sono importanti punti di riferimento per le persone con affezioni respiratorie e malattie polmonari quali l'asma, l'apnea da sonno, la bronchite cronica, la BPCO e la tubercolosi. La Lega polmonare si batte anche per migliorare la qualità dell'aria all'interno degli ambienti come pure al loro esterno.*

### **Per ulteriori domande, rivolgersi a:**

Lega polmonare svizzera

Signora Ursula Luder, Responsabile Marketing, Comunicazione, Fundraising

Tel. 031 378 20 50

[u.luder@lung.ch](mailto:u.luder@lung.ch)

Dal sito [www.legapolmonare.ch/media](http://www.legapolmonare.ch/media) è possibile scaricare materiale fotografico sul tema asma.

**Attività regionali nell'ambito della Giornata mondiale dell'asma del 1° maggio 2012**

<p><b>Lungenliga Luzern-Zug</b> Tel. 041 429 31 10 Fax 041 429 31 11 info@lungenliga-lu-zg.ch www.lungenliga-luzern-zug.ch</p>	<p><b>Azione di distribuzione nelle stazioni di Zugo e Lucerna</b> - Set carte fitness + mela - Protezione per la sella della bicicletta</p>	<p><b>Martedì 1° maggio 2012</b> Mattino</p>
<p><b>Lungenligen Aargau, beider Basel, Bern, Luzern-Zug, Solothurn, Zürich</b> Tel. 032 628 68 28 Fax 032 628 68 38 info@lungenliga-so.ch www.lungenliga-so.ch</p>	<p><b>Svago sportivo a “La fine del mondo”, Macolin</b> per bambini con asma di età compresa tra i 6 e i 12 anni e le loro famiglie</p>	<p><b>Sabato 5 maggio 2012</b> ore 09.15 - 16.30</p>
<p><b>Lungenliga beider Basel</b> Tel. 061 269 99 66 Fax 061 269 99 60 info@llbb.ch www.llbb.ch</p>	<p><b>Serata informativa sul tema asma</b> con il Prof. Dott. med. Jörg Leuppi, Universitätsspital Basel Haus der Gesundheitsligen Mittlere Strasse 35 4056 Basilea</p>	<p><b>Lunedì 7 maggio 2012</b> ore 18.15 - 20.00</p>
<p><b>Lungenliga Graubünden</b> Tel. 081 354 91 00 Fax 081 354 91 09 info@llgr.ch www.llgr.ch</p>	<p><b>Conferenza serale sul tema asma</b> - Asma da sforzo nell'adolescenza - Sport di competizione nonostante l'asma - Asma e allergie</p>	<p><b>Mercoledì 9 maggio 2012</b> ore 18.00 - 21.00</p>
<p><b>Lungenliga Aargau</b> Tel. 062 832 40 00 Fax 062 832 40 01 info@llag.ch www.lungenliga-ag.ch</p>	<p><b>Serata informativa sul tema asma</b> Asma, allergie e Co. – Cause, relazioni e possibilità di terapie, con - PD Dott. med. Sarosh Irani, Primario di pneumologia, Kantonsspital Aarau - Dott.ssa med. Andrea Sabine Leder, Pneumologia FMH e medicina interna, Hirslanden Klinik Aarau</p>	<p><b>Giovedì 31 maggio 2012</b> ore 19.00 - 20.30</p>