



19.03.2012 - 09:00 Uhr

Sport - même et surtout en cas d'allergie / Journée Nationale de l'Allergie le 22 mars sur la place Fédérale de Berne

Berne (ots) -

Le sport et des entraînements ciblés favorisent la santé, chez les personnes avec allergie et asthme aussi, et sont même recommandés comme mesure thérapeutique.

Le 22 mars de 11.30 à 19.00 heures, les personnes intéressées peuvent obtenir des informations détaillées à ce sujet et participer à différentes actions lors de la Journée Nationale de l'Allergie sur la place Fédérale de Berne. L'évènement aura lieu de 11.30 à 19.00 heures et est sous le patronage de l'Office fédéral de la Santé publique.

Environ deux millions de personnes souffrent d'allergie en Suisse, dont de nombreux sportifs amateurs. Certaines allergies apparaissent déjà au cours de la petite enfance et à l'âge scolaire. La fréquence est élevée dans cette classe d'âge, de même que chez les adolescents: entre 15 et 20% des jeunes âgés de 15 ans souffrent d'une allergie pollinique, 8 à 10% des enfants ont de l'asthme. Ainsi que le soulignent les spécialistes, ne pas pratiquer de sport va dans la mauvaise direction, ce qui est d'ailleurs soutenu par de nombreuses études.

Même dans ces conditions, le sport favorise de principe la santé: la capacité de coordination, la condition et la résistance physique sont améliorées, les muscles respiratoires renforcés. D'une manière générale, des activités sportives régulières aident à avoir une bonne perception de son corps et renforcent l'amour propre. Une bonne clarification, le traitement et le contrôle de la maladie sont toutefois des conditions primordiales pour pouvoir faire du sport sans limitation ou sans problème.

Le 22 mars, sur la place Fédérale de Berne, les personnes intéressées peuvent s'informer et se faire conseiller sur ce thème et ses autres aspects, passer un test d'allergie, participer à un parcours savoir ou s'étonner de l'aspect des pollens agrandis X fois sous le microscope.

La Journée Nationale de l'Allergie est sous le patronage de l'Office fédéral de la Santé publique et est organisée par aha! Centre d'Allergie Suisse en partenariat avec Promotion Santé Suisse, MétéoSuisse et la Société suisse d'Allergologie et d'Immunologie.

Informations sur le thème «allergies et sport»:

http://www.presseportal.ch/go2/aha/factsheet_allergies_sport_2012

Contact:

aha! Centre d'Allergie Suisse
Annelise Lundvik (médias)
E-Mail: annelise.lundvik@aha.ch
Tél.: +41/31/359'90'40
Internet: www.aha.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000124/100715077> abgerufen werden.