

04.05.2015 - 10:00 Uhr

Vincere le Olimpiadi malgrado l'asma? Nessun problema!

Bern (ots) -

I bambini affetti da asma sovente praticano poca attività fisica, condizionati dalla paura della dispnea. Tuttavia, l'asma non è un motivo per rinunciare allo sport. Al contrario, i bambini in grado di tenere sotto controllo la propria asma non devono limitarsi nello sport.

In Svizzera, un bambino su 10 soffre di asma. Ancora troppo spesso è l'asma a dominare il bambino e non viceversa. Invece, se sottoposti a un trattamento corretto, gli asmatici possono vivere senza sintomi ed essere molto resistenti dal punto di vista fisico. «In realtà, ogni asma può essere curata in modo tale che, in teoria, si potrebbero vincere anche gli 800 metri alle Olimpiadi», afferma Alexander Möller, responsabile di Pneumologia alla Universitäts-Kinderklinik di Zurigo. Il campione di sci di fondo, Dario Cologna, ne è un chiaro esempio: chi controlla bene la propria asma, può raggiungere risultati eccellenti.

La gestione dell'asma in modo globale

Un buon controllo dell'asma è indispensabile per prevenire la dispnea. La terapia dell'asma non consiste unicamente nell'assunzione di farmaci: nei corsi sull'asma i bambini imparano a riconoscere ed evitare i fattori scatenanti. Quanto prima il bambino si abitua al trattamento terapeutico, tanto più facilmente impara a convivere con la malattia nella sua vita quotidiana. Anche lo sport, in particolare gli sport di resistenza possono rivelarsi di grande aiuto per la terapia. L'esercizio rafforza la muscolatura respiratoria, e aumenta le prestazioni fisiche. I bambini affetti da asma possono praticare qualsiasi sport, eccetto l'immersione subacquea.

Le offerte della lega polmonare

Nei corsi organizzati dalla Lega polmonare, i bambini e i loro genitori imparano, sotto la guida di una persona esperta, a prevenire le crisi e a controllare nel modo giusto la malattia nella quotidianità. La Lega polmonare offre all'occorrenza anche delle consulenze individuali. Completa l'offerta un'ampia scelta di corsi (ad es. corsi di nuoto, canottaggio, tecniche di inalazione, corsi d'istruzione sulle allergie e corsi di terapia respiratoria): www.legapolmonare.ch/corsi

Il medico online: dal 4 al 13 maggio 2015, lo specialista Dott. Thomas Rothe risponde online a domande sull'asma e altre malattie delle vie respiratorie: www.legapolmonare.ch/medico-online

Chi respira vive

La Lega polmonare consiglia e assiste le persone affette da malattie polmonari e insufficienza respiratoria affinché possano vivere quanto più possibile senza disturbi, in modo autonomo e beneficiare di una migliore qualità di vita. In tutta la Svizzera 23 leghe cantonali costituiscono un importante punto di riferimento per le persone affette da malattie come l'asma, l'apnea da sonno, la bronchite cronica e la BPCO, come pure la tubercolosi. La Lega polmonare si impegna anche per una migliore qualità dell'aria all'interno e all'esterno.

Per ulteriori domande, rivolgersi a:

Lega polmonare svizzera
Ursula Luder, responsabile Marketing, Comunicazione e Fundraising
Tel. +41 31 378 20 76
u.luder@lung.ch