

ASMA IN SCIATORI E NUOTATORI AGONISTI: ECCO PERCHE' SUCCEDE

Il Dr. Gianni Balzano dell'UOC di Pneumologia Riabilitativa dell'Istituto Scientifico di Telese dell'IRCCS Fondazione Maugeri spiega i meccanismi che provocano asma negli atleti che praticano attività sportive agonistiche.

Ambiente freddo e secco come quello dell'alta montagna oppure aria satura di sostanze a base di cloro, un'attività sportiva particolarmente intensa, uno sforzo fisico che si protrae nel tempo e con una elevata frequenza: questi i fattori che, secondo una recente revisione della letteratura internazionale in ambito pneumologico svolta dal dr. Gianni Balzano, primario dell'UOC di Pneumologia Riabilitativa dell'Istituto Scientifico di Telese dell'IRCCS Fondazione Maugeri, stimolano l'insorgere dell'asma stabile in atleti inizialmente non asmatici. Sciatori e nuotatori professionisti i soggetti più a rischio, anche se il fenomeno riguarda solo una minoranza di soggetti evidentemente predisposti.

Secondo tale revisione, l'aumento dell'incidenza di asma negli atleti impegnati in attività sportive agonistiche riscontrata da molti studi pubblicati a partire dagli anni Novanta può essere spiegato sulla base di alcuni meccanismi che sono in gioco anche nell'asma associata all'esercizio fisico che si verifica comunemente nei pazienti asmatici. "Durante un'intensa attività fisica - spiega il dr. Balzano, - all'aumentato fabbisogno di ossigeno da parte dei muscoli periferici, si verifica un aumento della ventilazione polmonare. Tale aumento di ventilazione polmonare, spostando grandi quantità di aria dall'esterno all'interno del polmone e viceversa, presenta l'inconveniente di far perdere calore e umidità all'ambiente interno del polmone, in quanto questo è normalmente più caldo e più umido dell'ambiente esterno." **La perdita di calore e di acqua è tanto più consistente quanto più freddo e secco è l'ambiente in cui viene praticata l'attività fisica - come l'ambiente di alta montagna in cui si allenano gli sciatori** - e risulta nociva per alcune cellule presenti nella parete dei bronchi, le quali reagiscono con l'emissione di sostanze chimiche ad attività broncocostrittrice.

Ne consegue uno stato di restringimento dei bronchi nel corso dell'esercizio fisico che viene comunemente designato col termine di "broncocostrizione da esercizio" o di "asma da esercizio".

Nel caso del nuoto, invece, fattore aggravante è la presenza nell'ambiente delle piscine di sostanze a base di cloro; queste, sempre a causa dell'iperventilazione polmonare in corso di esercizio, vengono convogliate in grandi quantità all'interno dei bronchi, dove esercitano un effetto irritativo, che si traduce in una broncocostrizione che va ad aggiungersi a quella dovuta alla perdita di calore e di acqua.

Se lo stimolo asmogeno persiste nel tempo a causa di un'attività fisica intensa con elevata frequenza e svolta in ambienti particolari, come accade appunto a sciatori e nuotatori, l'asma, che in uno stadio iniziale si manifesta esclusivamente in corso di esercizio fisico, può diventare stabile, con crisi che possono essere provocate da molteplici stimoli e non unicamente dall'esercizio fisico.

"L'asma, quando interessa atleti impegnati in attività agonistiche, comporta particolari problemi sia di ordine diagnostico che di ordine terapeutico - conclude il dr. Balzano - e richiede, pertanto, una speciale attenzione e competenza." L'obiettivo del trattamento è infatti ambizioso e punta alla completa eliminazione dei sintomi, non solo a riposo, ma soprattutto durante l'esercizio fisico. In questi soggetti una sia pur lieve limitazione della prestazione respiratoria può condizionare la resa atletica e compromettere il risultato sportivo. Una ulteriore particolarità del trattamento è data dal fatto che i principali farmaci antiasmatici vengono usati a scopo dopante per migliorare la resistenza allo sforzo e quindi i risultati sportivi. Tali farmaci sono quindi sottoposti a limitazioni da parte dagli organi sportivi internazionali di controllo anti-doping e possono essere usati dagli atleti asmatici in occasione delle gare a condizione che la diagnosi di asma venga documentata e preventivamente segnalata.

L'asma è una malattia abbastanza diffusa nella popolazione generale. Essa è caratterizzata da alcuni sintomi respiratori che limitano più o meno seriamente l'attività fisica del paziente e ne compromettono in misura maggiore o minore la qualità della vita. Fin dall'inizio degli anni Settanta il trattamento dell'asma si è basato sull'impiego di farmaci efficaci e sicuri che sono stati, negli anni, ulteriormente migliorati e ai quali si sono recentemente aggiunti nuovi medicinali. La gestione dell'asma nel paziente "ordinario" non presenta particolari difficoltà e, nella maggioranza dei casi, conduce a risultati soddisfacenti.