



Comunicato stampa

Medicina di Montagna e Sport a Misurina

Misurina, 17 novembre '17 – Oggi il Dr **Ermanno Baldo**, Direttore Clinico dell'Istituto Pio XII Onlus – unico centro specializzato in Italia per lo studio, la cura e la **riabilitazione in montagna** delle malattie respiratorie pediatriche -, e i dirigenti e atleti del team ciclistico professionistico **Gazprom RusVelo**, hanno presentato l'esperienza clinica e sportiva realizzata insieme a Misurina, primo progetto di studio tra la medicina di montagna e il migliore allenamento a beneficio delle capacità respiratorie degli sportivi, sinergia utile anche nella riabilitazione in montagna di malattie del respiro come l'asma.

Proprio ieri **Ministero Salute, ISS e Coni** hanno lanciato la campagna nazionale "*Salute, sport e movimento fisico*". Stimati **risparmi di 2 mld** per il SSN grazie ai benefici dell'attività fisica. In Italia solo il **50% degli adulti** raggiunge i livelli raccomandati di attività fisica, tendenza confermata nei bambini e adolescenti, e la sedentarietà colpisce più del 32% degli italiani. Aumentano così il rischio di insorgenza di **malattie croniche** e i costi sociali sotto forma di spese sanitarie aggiuntive, assenze lavorative e morti premature.

Dice il Dr Baldo: "*L'obiettivo del nostro lavoro è studiare e dimostrare se un **adeguato programma di riabilitazione in altura** possa cambiare l'andamento delle malattie respiratorie croniche ed in particolare dell'asma, con l'obiettivo di ottenere alla fine della crescita un incremento della massima funzionalità respiratoria, che condiziona la salute respiratoria per tutta la vita.*"

Da questo nasce il nostro interesse per una collaborazione con chi nello sport e nella medicina di montagna si è occupato di utilizzare la montagna e l'altitudine per l'allenamento. In passato nell'asma, l'attività fisica veniva scoraggiata poiché si riteneva che potesse peggiorare la funzionalità polmonare.

Oggi abbiamo dimostrazioni convincenti e un buon grado di evidenza, degli effetti positivi che l'attività fisica e sportiva è in grado di produrre anche nelle malattie respiratorie croniche e sappiamo che al contrario sono la sedentarietà ed il conseguente detraining causato da una riduzione dell'attività fisica, che portano ad ulteriori limitazioni e peggioramento respiratorio nei soggetti asmatici.

Il tema che vogliamo porre è il **ruolo dell'attività fisica nella riabilitazione respiratoria nell'asma**. Numerose segnalazioni confermano come un'attività fisica correttamente impostata, con un carico di lavoro adeguato, sia in grado di migliorare l'utilizzazione dell'ossigeno, di potenziare i gruppi muscolari anche con un aumento della vascolarizzazione.

La domanda è se questo sia utile anche per le persone affette da patologie croniche respiratorie e se nel caso del bambino asmatico, possa rappresentare, correttamente utilizzata, un prezioso strumento terapeutico.

Le linee guida (ATS) raccomandano la prescrizione dell'esercizio per i soggetti asmatici, e il riallenamento all'esercizio è oggi ritenuta la componente principale della riabilitazione respiratoria che trova a **Misurina** le condizioni ideali. A questa quota di poco inferiore ai **1800 metri** vi è una significativa riduzione della pressione barometrica, una riduzione dell'umidità e quindi della densità dell'aria, delle resistenze respiratorie e della reattività bronchiale, con un significativo aumento dei volumi respiratori che possono essere sfruttati per una migliore espansione polmonare. A ciò si aggiungono bassi livelli di allergeni inalatori, soprattutto l'acaro della polvere, che non raggiunge oltre i 1500 metri una presenza significativa per la diminuzione dell'umidità, con un rapido miglioramento dell'infiammazione bronchiale allergica.

Da molti anni era noto il miglioramento dei sintomi asmatici durante il soggiorno in montagna, ma oggi abbiamo forse la possibilità di formulare migliori programmi di riabilitazione respiratoria anche grazie alla collaborazione e all'esperienza che il mondo dello sport e del ciclismo.

Il progetto con **Gazprom RusVelo**, che ha visto il team ciclistico presente a Misurina per 10 giorni, alternando test clinici respiratori all'allenamento in montagna, continuerà in futuro per monitorare il lavoro fatto.

E' intenzione del **PIO XII Onlus**, coerentemente con la nuova strategia di rilancio dell'Istituto a livello nazionale e internazionale, di ampliare il progetto ad altri team sportivi, del ciclismo e di altre discipline con le stesse esigenze, al fine di studiare sempre più a fondo il tema "Medicina di Montagna e Sport", mettendo questo lavoro a fattore comune con la **rete d'eccellenza di Misurina** del respiro in montagna, come noto creata con il Bambino Gesù e il Gemelli di Roma, il Meyer di Firenze, il Gaslini di Genova ed altre eccellenti pediatrie italiane, e con le istituzioni locali (Regione Veneto e ULSS Belluno in primis) e nazionali (ISS, società scientifiche pediatriche e associazioni pazienti) già coinvolte nel progetto di rilancio.

Istituto PIO XII:

Alfredo Pascali - 329.2190025

Elisa De Zolt - 0435.39008

Gazprom - RusVelo is the only Russian Professional Continental cycling team. The team is for transparent sport and strives to be an example for younger generation cyclists and make Russian cycling sport competitive and recognizable. Therefore, the squad is focused on transforming young generation talents into world professionals, who will be representing both the team Gazprom - RusVelo and Russian National team in the most prestigious international competitions. The uniqueness of being the mononational squad is definitely one of the core values, especially because there are few examples of professional cycling teams, which consist only of riders from one nationality.