



TEMA DEL MESE

ALLE RADICI DELL'ASMA

L'infiammazione dei bronchi, con conseguente iperproduzione di muco, genera attacchi che peggiorano la funzionalità respiratoria. Cause, cure e prevenzione per tenere la malattia sotto controllo

A cura di *Maria Mazzoli*

Nonostante siano sempre più persone a soffrirne, ancora oggi le cause dell'asma non sono così note: è altamente probabile che essa sia il frutto dell'interazione fra diversi fattori, come alimentazione, stato ambientale e geni. L'unica certezza che si sta rilevando è che si verifica un aumento dei casi del 50% ogni 10 anni. Questo il dato evidenziato dall'OMS, l'Organizzazione mondiale della Sanità, su quella che rappresenta una delle malattie respiratorie croniche più diffuse nel mondo, presente in tutti i Paesi anche se con livelli molto variabili.

**“
LA FORMA ALLERGICA PREVALE
NEL 50% DEGLI ADULTI E
NELL'80% DEI BAMBINI**

Inquinamento, fumo e altri fattori di rischio

L'asma è, dunque, un problema mondiale piuttosto serio: sempre secondo l'OMS, ci sono tra i 100 e i 150 milioni di persone che soffrono di questa condizione. Le morti associate alla malattia sono circa 180mila ogni anno. Nel 50% degli adulti e nell'80% dei bambini malati di asma, prevale la forma allergica. Solo in Europa, secondo Gina (The Global Initiative for Asthma, Iniziativa Globale per l'Asma), ci sono oltre 30 milioni di asmatici.



“ UN RUOLO IMPORTANTE LO GIOCA L'INQUINAMENTO AMBIENTALE, CON IL FUMO PASSIVO AL PRIMO POSTO

Esistono diverse interpretazioni sul perché di questo incremento. Secondo l'Oms, quasi sicuramente può essere correlato ai fenomeni di urbanizzazione, soprattutto laddove si ha un aumento di densità di persone nelle periferie degradate. Situazioni in cui si ha una crescente tendenza a vivere gran parte del tempo in ambienti chiusi, con poca circolazione di aria, più esposti alla polvere e agli acari e inseriti in situazioni urbane dall'elevato tasso di inquinamento. Secondo i Cdc (Centri per la prevenzione e il controllo delle malattie), sono soprattutto le popolazioni a basso reddito e le etnie che vivono in condizioni più disagiate a sperimentare una maggiore prevalenza e mortalità dovuta all'asma, probabilmente anche per il ritardato o limitato accesso al trattamento. Un'altra possibile spiegazione, addotta dal NIH (National Institutes of Health) americano, è che anche il livello di igiene cui si sono abituate le ricche società del nord del mon-

do, abbia in qualche modo influito sulla capacità del sistema immunitario inducendo una maggiore risposta allergica. Sull'incremento dell'incidenza dell'asma sembrano però pesare anche altri elementi, come l'aumento dell'obesità e il ridotto esercizio fisico. Dicevamo che l'asma è una malattia complessa, ma nonostante il ruolo dei diversi fattori scatenanti non sia ben definito, esistono indicazioni precise relative ad alcuni di essi. Al primo posto, per esempio, c'è l'esposizione al fumo di tabacco, anche a quello passivo. Un ruolo molto importante, poi, come già accennato, è giocato dall'inquinamento ambientale, sia al chiuso che all'aperto (dalla polvere agli acari, dal particolato ai pollini), da insetti e animali domestici (cani e gatti), dalla presenza di muffa nell'ambiente in cui si vive, da un eccesso di umidità, da un basso peso alla nascita, dalla presenza di infezioni polmonari precoci. Oltre a cause di tipo ambientale e sanitario, il li-

vello nutrizionale, di educazione e attenzione igienica e le condizioni economiche sono tutti elementi che influenzano profondamente l'andamento della malattia.

Cos'è e chi ne soffre di più

Addentriamoci ora nel cuore di questa patologia. A causa dell'infiammazione, i bronchi si restringono e si riempiono di liquido, scatenando una produzione eccessiva di muco. Una condizione, questa, che diminuisce così lo spazio in cui l'aria può circolare: un'ostruzione in fasi acute (broncospasmo) che di solito è reversibile. E che si manifesta, soprattutto, quando le vie respiratorie entrano in contatto con allergeni o agenti irritanti, per cui i bronchi reagiscono in modo sproporzionato (iperattività bronchiale). In genere, è comune nei bambini, ma può anche colpire persone adulte e anziane. In alcuni casi, per un periodo sembra regredire

per poi ripresentarsi anni più tardi. I più colpiti sono i soggetti maschi che non hanno ancora affrontato la pubertà e le ragazze che, invece, l'hanno già superata. C'è, inoltre, da tenere in considerazione tutta quella fetta di popolazione che ne soffre ma senza rendersene conto, poiché non ha dato alcun peso ai sintomi. Un approccio, questo, diffuso soprattutto fra i più giovani.

Come e quando si manifesta

Dopo averne inquadrato la diffusione e le cause, andiamo ora a scoprire come si manifesta, dalla forma più leggera a quella più grave. L'infiammazione cronica delle vie

aeree, genera un aumento della capacità di adattamento bronchiale che, a sua volta, causa i sintomi tipici: episodi ricorrenti di crisi respiratorie, respiro sibilante, senso di costrizione toracica e tosse. Si tratta, in sostanza, dei cosiddetti "attacchi", improvvisi o graduali, che peggiorano i sintomi e la funzionalità respiratoria. Per questo, se non trattati in modo adeguato, possono essere pericolosi, addirittura fatali. Generalmente, un attacco d'asma si presenta più facilmente di notte o all'inizio della giornata, in particolare modo nei soggetti che già assumono farmaci protettivi: questo perché i loro effetti si sono ormai dissolti e il corpo fatica a combattere il restringimento dei bronchi.

I sintomi: tosse e respiro sibilante

① tosse stizzosa, soprattutto nelle ore notturne, al momento del risveglio o in seguito ad uno sforzo. Può persistere oppure

**“
UN ATTACCO
D'ASMA SI
PRESENTA PIÙ
FACILMENTE DI
NOTTE O AD INIZIO
GIORNATA**



“ POSSONO VERIFICARSI ANCHE SUDORAZIONE ACCENTUATA, ANSIA E AUMENTO DELLA FREQUENZA CARDIACA

comparire solo in alcuni momenti; può essere accompagnata da numerosi starnuti o dalla sensazione di avere il naso chiuso;

- 2) respiro sibilante, in alcuni casi affannoso;
- 3) senso di oppressione e soffocamento nei casi più gravi;
- 4) fra i sintomi iniziali, possono anche esserci prurito al collo o sul

torace, in particolar modo nei pazienti più piccoli.

Va sottolineato che i sintomi dell'asma non colpiscono tutti nello stesso momento, possono emergere in periodi differenti e variano d'intensità. Quando sono particolarmente violenti, si parla di vera e propria crisi d'asma. Che, come detto, può insorgere all'improvviso o gradualmente, con un lento peggioramento dei sintomi.

Se l'affanno nella respirazione è particolarmente serio, possono anche presentarsi una sudorazione dovuta allo sforzo di cercare l'aria e una comprensibile ansia, così come un aumento della frequenza cardiaca.

Dal momento che il flusso d'aria viene ostacolato, il sibilo del respiro diminuisce, ma il mancato apporto d'ossigeno può provocare nel paziente perdita della parola per mancanza di fiato, sonnolenza, vertigini, confusione, cianosi delle labbra o delle dita e, infine, svenimento. Tutti segnali che devono, ovviamente, portare ad un urgente trattamento, che è raro non risulti efficace, come è altrettanto raro che le crisi siano a tal punto fulminee da non consentire l'assunzione della terapia.



Sandoz SpA

La vita è fatta di piccoli piaceri, quando c'è la salute.

1 famiglia su 5* rinuncia alle cure per questioni economiche

I medicinali equivalenti rappresentano una valida alternativa di cura e sono equiparabili per efficacia, sicurezza e qualità ai farmaci di marca. **Chiedi consiglio al tuo farmacista.**

Noi ci impegnamo ad ampliare l'Accesso alla Salute mettendo a disposizione medicinali equivalenti e biosimilari, di qualità a valore sostenibile. **Sandoz: l'Accesso alla Salute è un diritto di tutti.**

*Bancofarmaceutico.org

SANDOZ A Novartis
Division

Sandoz S.p.A. | Largo Umberto Boccioni 1
21040 Origgio (VA) | www.sandoz.it



Le quattro diverse tipologie

Il tipo di asma si valuta in base alla sua gravità:

- **Intermittente (o episodica):** si manifesta per circa due giorni alla settimana (anche meno) e non influisce sulla vita quotidiana.
- **Lieve persistente (o cronica):** si presenta più di due volte a settimana e interferisce solo in parte con le normali attività. Anche i sintomi dell'asma lieve vanno debitamente trattati così da tenere la patologia sotto controllo. Da questo livello in poi, si tratta a tutti gli effetti di asma cronica.
- **Moderata persistente:** i sintomi sono quotidiani e inficiano le attività quotidiane.
- **Grave persistente:** l'asma insorge durante tutto l'arco della giornata e limita gravemente la vita quotidiana.

Bronchiale o allergica?

A questo punto, è importante chiarire anche alcune terminolo-

gie, come ad esempio la distinzione fra asma bronchiale e asma allergica.

Asma bronchiale. È ormai chiaro che l'asma è una malattia respiratoria che interessa in modo particolare i bronchi, per questo viene definita asma bronchiale. I sintomi possono manifestarsi in maniera diversa a seconda della fase, se stazionaria o di attacco vero e proprio. L'asma bronchiale è una patologia cronica, con cui il paziente deve convivere e che può gestire grazie al trattamento opportuno. Come si è visto, può avere cause differenti all'origine: può essere congenita (quindi legata a difetti genetici o ad un parto prematuro che non ha consentito lo sviluppo corretto dei polmoni) o acquisita (come nel caso di pazienti fumatori o esposti al contatto con agenti irritanti). Quando, invece, la condizione è generata da un'allergia precisa, si parla di asma bronchiale allergica.

Asma allergica. L'asma da allergia risulta quella più frequente nel 50% degli adulti e nell'80% dei pazienti più piccoli che ne soffrono. Secondo le statistiche

fornite dall'ISS (Istituto Superiore di Sanità), in Italia circa 9 milioni di persone ogni anno vengono colpiti da allergie respiratorie connesse ai pollini presenti nell'aria e quattro milioni di essi ricorrono a cure. Si calcola che circa il 15-20 per cento della popolazione italiana soffra di allergie, fenomeno in crescita, soprattutto tra i più giovani e le donne.

Questa forma si manifesta quando avviene il contatto diretto con gli allergeni, il più delle volte tramite inalazione. Fra i sintomi tipici c'è sicuramente la dispnea improvvisa (far fatica a respirare), che però viene non di rado sottovalutata. L'allergia asmatica può anche accompagnarsi alla rinite e alla congiuntivite, specialmente quando c'è relazione diretta con la pollinosi stagionale.

Una indagine multicentrica condotta da ISAYA (*Italian Study on Asthma in Young Adults*) in nove città italiane, su 3000 persone tra i 20 e i 44 anni, ha permesso di evidenziare una notevole differenza delle manifestazioni asmatiche sul territorio nazionale. La malattia è più presente nelle zone mediterranee che in quelle continentali e la sua prevalenza cresce all'aumentare della temperatura media e al diminuire dell'escursione termica.

Fondamentale la diagnosi precoce

L'asma è una malattia cronica, per la quale non esiste oggi alcun trattamento risolutivo. È possibile, però, controllarne il decorso, riducendo gli attacchi e le loro conseguenze, come i sibili e la tosse, e le difficoltà respiratorie. Per effettuare un piano di controllo adeguato è importante che la malattia sia diagnosticata precocemente, per evitare gli effet-



ti dannosi di una infiammazione cronica.

Importantissima è la diagnosi precoce: più viene riconosciuta in giovane età, più alte sono le probabilità che il paziente risponda bene al trattamento e abbia, quindi, la possibilità di vivere normalmente.

La diagnosi di asma però non è semplice, soprattutto nei bambini piccoli. I sintomi più frequenti della malattia sono problemi e crisi

respiratorie, tosse, soprattutto di notte, sibili, raffreddori di lunga durata, senso di oppressione al torace.

È l'infiammazione che determina il livello di gravità dell'asma ed è anche il fattore che meglio risponde alla terapia con farmaci antinfiammatori somministrati per via inalatoria, anche in assenza di altri sintomi.

L'aiuto degli esami strumentali

Per diagnosticare l'asma, sono preziosi gli esami strumentali, vediamo uno per uno.

Spirometria - Consente di identificare la presenza di possibili ostruzioni misurando la quantità d'aria che il paziente può inspirare ed espirare forzatamente in un secondo di tempo attraverso lo spirometro. L'operazione va ripetuta prima e dopo aver inalato un farmaco che provoca il restringi-

mento o il rilassamento delle vie aeree.

Test cardiopolmonare da sforzo - Va fatto in caso di asma da sforzo, sottoponendo il paziente prima e dopo l'esercizio fisico, ad esempio su una cyclette o un tapis roulant, per misurare la capacità polmonare.

Radiografia del torace e misurazione del livello di ossigeno e anidride carbonica nel sangue -

Se si è presentata una crisi asmatica particolarmente grave.

Test allergologici cutanei o sierologici -

Nel caso si sospetti un'origine allergica, la diagnosi di asma può essere raggiunta anche attraverso queste prove che permettono di riconoscere l'allergene coinvolto.

Infine, nei pazienti più anziani è più probabile che sia legata a patologie polmonari e la somministrazione di farmaci che la trattano è la prova più efficace per verificarne la presenza.

**LA RX TORACICA
È NECESSARIA
IN CASO DI UNA
CRISI ASMATICA
PARTICOLARMENTE
GRAVE**



Trattamenti a disposizione

Il trattamento adatto viene individuato dallo pneumologo sulla base di vari elementi: intensità e gravità della condizione, età, eventuali altre patologie presenti. È possibile intervenire su un attacco acuto così come intraprendere una terapia di mantenimento per prevenire ulteriori crisi. Sono principalmente due le tipologie di farmaci utilizzate: **antinfiammatori** (soprattutto corticosteroidi) per eliminare l'infiammazione dei bronchi e **broncodilatatori** (beta-adrenergici) per far rilassare le vie respiratorie. Il paziente li inala tramite nebulizzatori, in modo da raggiungere il più velocemente possibile i

bronchi e ottenere un sollievo immediato.

Sono, inoltre, disponibili **farmaci biologici**, che agiscono solo sulle cellule o sui mediatori dell'infiammazione coinvolti nell'asma. È fondamentale **identificare l'agente o l'allergene responsabile**, così che il paziente possa evitare o quantomeno moderare il contatto. Una volta determinato, è possibile ricorrere a una sorta di "vaccino", ovvero l'**immunoterapia desensibilizzante**: al paziente viene somministrato l'allergene in dosi crescenti per un periodo di tempo, fino a raggiungere una dose di mantenimento. In questo modo, il sistema immunitario impara a tollerare l'allergene e riduce progressivamente la risposta anomala.



Teva per te

Nuove confezioni che cambiano per le tue esigenze.



Grazie all'ascolto di pazienti come te, Teva ha migliorato **la grafica delle confezioni** dei propri medicinali per renderla ancora più chiara e completa. Il nome del prodotto, il dosaggio, il pittogramma e lo spazio dedicato agli appunti sul retro*, possono aiutare ad assumere i medicinali in modo ancora più corretto e consapevole.

*Disponibile in base all'ordinazione della confezione

La nostra esperienza per la tua salute.

tevaitalia.it



FOCUS

NELLE URINE UN BIOMARCATORE DELL'ASMA

Per le forme gravi, permetterebbe di aiutare nella diagnosi, individuando i casi più gravi

Grazie ai recentissimi dati pubblicati da uno studio guidato dalla Edith Cowan University è stato scoperto un biomarcatore dell'asma grave che potrebbe permettere di offrire ai pazienti terapie mirate. Non solo per la sua funzione diagnostica, aiutando a distinguere precocemente i casi che necessitano cure più aggressive, ma anche perché fornendo informazioni chiave sui processi alla base della malattia, suggerisce nuovi target terapeutici.

BASSI LIVELLI DI CARNITINA

I ricercatori australiani hanno notato che le urine delle persone affette da asma grave hanno un profilo biochimico differente da quello dei pazienti con asma moderata o lieve e dalle persone sane. Il risultato è frutto dell'analisi dei campioni di 600 partecipanti provenienti da 11 Paesi europei. I pazienti con asma grave mostrano livelli più bassi di carnitina, un metabolita con un ruolo importante nella risposta immunitaria.

IL METABOLISMO ENERGETICO

Così ha spiegato i risultati della ricerca la dottoressa Stacey Reinke, che ha guidato l'equipe di ricercatori: "L'asma grave si verifica quando la malattia non viene ben controllata, nonostante sia trattata con alti dosaggi di farmaci e anche con più medicinali. Per identificare i casi gravi e sviluppare nuove opzioni di trattamento, dobbiamo prima comprendere meglio i meccanismi alla base della malattia. Un modo per farlo è esaminare il profilo chimico dell'organismo, o "metaboloma", che fornisce un'istantanea dello stato fisiologico attuale di una persona e le informazioni utili sui processi patologici. In questo caso, siamo stati in grado di utilizzare il metaboloma urinario degli asmatici per identificare differenze fondamentali nel metabolismo energetico che possono rappresentare un obiettivo per nuovi interventi nel controllo dell'asma".

SALVAGUARDIA DEI POLMONI

La ricerca suggerisce, quindi, che dalla composizione delle urine si possano ricavare informazioni affidabili sulla salute dei polmoni.

"Può essere difficile e invasivo effettuare indagini direttamente sui polmoni, che però, fortunatamente, contengono molti vasi sanguigni. Pertanto, qualsiasi cambiamento biochimico nei polmoni può entrare nel flusso sanguigno e, quindi, essere rilasciato nelle urine. Questi sono risultati preliminari, ma continueremo a studiare il metabolismo della carnitina per valutarne il potenziale come nuovo bersaglio per il trattamento dell'asma", ha concluso la sua analisi la dottoressa Reinke.

Gli accorgimenti per la prevenzione

È possibile, in parte, prevenire l'insorgere dell'asma con diversi accorgimenti. Ecco alcuni suggerimenti utili.

- **Prestare attenzione alle condizioni degli ambienti**, pulendone frequentemente le superfici e non sottovalutando fonti insidiose come tappeti, poltrone, cuscini, letti, ecc.
- **Tenere sotto controllo l'aria**

delle stanze in cui si vive e si lavora: non deve essere troppo secca, ma nemmeno troppo umida.

- **La dieta deve essere sempre ben bilanciata e il fumo va evitato accuratamente.**
- **È bene coprire con cura la bocca quando il clima è molto freddo**, per evitare sbalzi di temperatura potenzialmente rischiosi. Tanti pazienti più piccoli riescono a guarire dall'asma durante il processo di crescita, ma anche

da adulti potrebbero subire il presentarsi di respiro sibilante o altre manifestazioni della patologia. È, quindi, essenziale non trascurare anche i minimi segnali d'allarme inviati dall'organismo, in particolare la dispnea o la tosse. Data l'importanza della diagnosi precoce e il contributo di tanti fattori, il consiglio degli esperti è quello di affidarsi sempre a strutture specializzate in cui si possa contare su competenza, alto livello tecnologico e approccio multidisciplinare. ■