

ama notizie

periodico dell'Associazione Malati Allergici della Regione Umbria aderente a FEDERASMA

www.amaumbria.com

anno 12, numero 3, dicembre 2009, direttore responsabile Donatella Cappelletti, registrazione Tribunale di Perugia n. 19/98 del 3.7.98, spedizione in A P 70% Filiale di Perugia

Consigli sulla vaccinazione

***Influenza
suina
e asma***

a pag. 2 e 3



Un giorno di sensibilizzazione

***L'AMA
alla maratona
dell'acciaio***

a pag. 4-5

I soci a Palazzo Cesaroni

***A Perugia
la consueta
assemblea***

a pag. 6 e 7

La parola al presidente

Carissimi soci,
mi ha fatto molto piacere rincontrarvi in occasione dell'assemblea annuale dell'AMA il 2 dicembre scorso. Ho avuto modo di constatare che tra noi si è formato nel tempo un vero e proprio rapporto di amicizia. Purtroppo, non ci sono solo occasioni di gioia, infatti sentiamo la mancanza di chi ci ha lasciato, tanto che abbiamo ricordato con commozione Marcello Monacelli ed Elio Gambini. Di loro conservo un caro ricordo.

Per la dodicesima volta abbiamo avuto l'occasione di discutere i problemi dei pazienti allergici e asmatici in Umbria. Sono lieto di presentarvi il 35° numero di ama notizie. Siamo riusciti a pubblicare regolarmente tre numeri l'anno, unica eccezione nel lontano 2000 quando abbiamo stampato soltanto due numeri. In questi 12 anni siamo riusciti

ti a scrivere, con l'aiuto di molti amici allergologi, oltre un centinaio di articoli rivolti ai pazienti con malattie allergiche, che spero siano serviti a migliorare il livello d'informazione dei pazienti e la loro qualità della vita.

All'interno troverete un articolo sull'influenza suina. Molti virus,



compresi quelli influenzali e del raffreddore, possono riacutizzare i sintomi dell'asma. Di conseguenza suggerisco agli asmatici di vaccinarsi sia per l'influenza stagionale sia per l'influenza suina.

Ho anche il dovere di fare qualche considerazione negativa. Quelli di voi che hanno partecipato all'incontro del 2 dicembre, hanno sentito che anche la nostra associazione ha un momento economicamente difficile, che ci costringerà a tagliare le spese in maniera incisiva. Altrimenti, la nostra sopravvivenza non è assicurata. Per esempio, è probabile che nel 2010 pubblicheremo soltanto due numeri di ama notizie.

Questa è l'occasione per fare a tutti voi i miei più fervidi auguri di Buon Natale.

*Andrea Siracusa
Presidente dell'AMA
Regione Umbria*



***La Redazione
di AMA notizie
augura a tutti***

Buone Feste

Indicazioni per le persone che soffrono di malattie cro

Influenza suina e ria c

Come difendersi dall'ondata di AH1N1 e in qu al

Il virus responsabile dell'influenza A H1N1, nota come **influenza suina**, sta causando da alcuni mesi uno stato d'ansia crescente. Infatti, la popolazione riceve notizie, spesso contrastanti tra loro. Per esempio, sono state divulgate molte informazioni sul decorso e caratteristiche della malattia. Sarebbe necessario rassicurare i cittadini sulle possibili conseguenze dell'influenza suina sulla salute. Ma si possono rassicurare i cittadini continuando a riportare un bollettino quotidiano di morti e malati gravi? Ecco alcune risposte alle domande e ai dubbi più frequenti.

Cos'è l'influenza suina (A H1N1)?
L'influenza A H1N1 è

causata da un nuovo virus influenzale, in circolazione da aprile 2009, che si è diffuso dal Messico in tutto il mondo e che colpisce l'uomo. Si manifesta come un'infezione acuta dell'apparato respiratorio con **sintomi simili a quelli dell'influenza stagionale**. Il periodo d'incubazione dopo il contagio può essere più lungo di quello dell'influenza stagionale, mentre i pazienti affetti da influenza suina sono contagiosi dal giorno prima dell'insorgenza dei sintomi fino a sette giorni dopo.

Come si trasmette?

La trasmissione del virus da persona a persona avviene per via aerea attraverso le goccioline di saliva emesse da una persona infetta tossendo o

starnutando, oppure toccando le superfici sulle quali il virus può sopravvivere (ad es. le maniglie

demica o pandemica. Le epidemie influenzali stagionali si verificano generalmente nei mesi in-



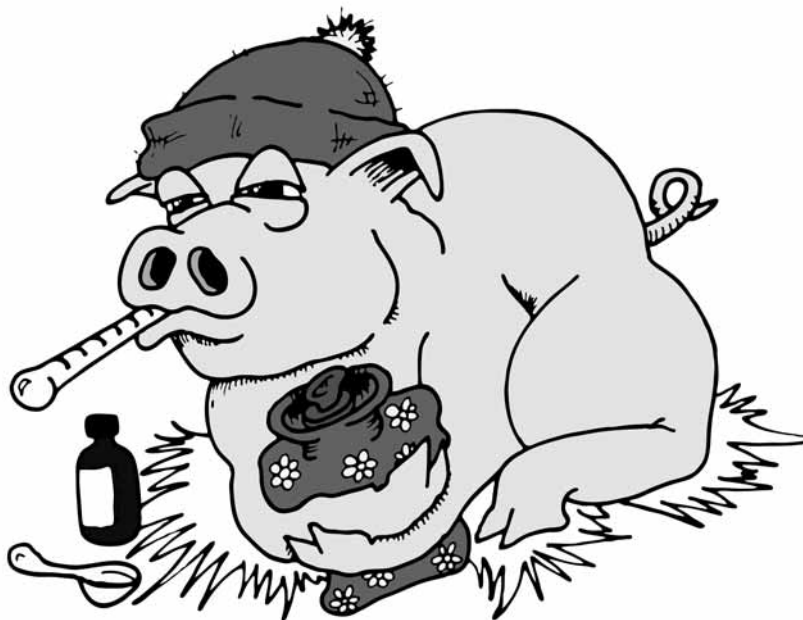
delle porte) o attraverso il contatto con le mani. **Come si manifesta?**

Come l'influenza stagionale, l'influenza A H1N1 si può manifestare in forma lieve o grave e può determinare il peggioramento di patologie croniche preesistenti. Nell'uomo la **sintomatologia** comprende febbre alta, brividi, tosse, raffreddore, mal di gola, mal di testa, dolori ai muscoli, debolezza e malessere generale.

Epidemiologia dell'influenza

L'influenza si può manifestare in forma sporadica, epi-

vernali, tra ottobre ed aprile a causa del freddo e dell'umidità che permettono al virus di vivere più a lungo nell'ambiente esterno. Una caratteristica di questi virus è di mutare velocemente le loro caratteristiche. Di solito si tratta di lievi modifiche. Talvolta però subisce una grossa modifica da cui deriva un nuovo ceppo che può diffondersi rapidamente in tutto il mondo. Nel 1918 la "Spagnola", una pandemia molto grave, provocò oltre 20 milioni di morti. Nel 1957 "l'Asiatica" fece registrare un milione di morti e nel 1968 l'influenza di Hong Kong causò 1-4 milioni di vittime.



croniche respiratorie e sono esposte a rischi maggiori

La cutizzazione dell'asma

Quanti casi è consigliato ricorrere al vaccino

Quali sono i soggetti a maggior rischio di sviluppare complicanze?

mellito ed altre malattie metaboliche, malattie renali e del sangue, tumori, obesità e donne al 2° e 3°

H1N1. Inoltre, la gravidanza rappresenta una condizione di maggior rischio di forme gravi e complicate d'influenza anche da virus influenzali stagionali. Per tale motivo da anni la vaccinazione antinfluenzale stagionale è raccomandata nel 2° e 3° trimestre di gravidanza.

medico, ma anche epidemiologico e socio-economico. Infatti, la maggior parte dei cittadini, ma specialmente i giovani, sono a rischio di essere infettati. Quindi, il fatto che molte persone si ammalino all'incirca nello stesso periodo rende l'influenza una patologia che incide sia economicamente sia socialmente e può comportare un sovraccarico di lavoro per le strutture sanitarie. Il modo più adeguato per prevenire l'influenza e le sue complicanze è la **vaccinazione**. La massiccia campagna promozionale sul vaccino è giustificata dal fatto che arrestando l'influenza, la maggior parte della popolazione sarà protetta. Infatti, con la vaccinazione si riduce la diffusione del virus che, sebbene non aggressivo, è però **molto contagioso**. Allora, ci si deve vaccinare? La risposta è **SI**, per evitare la malattia, per rallentare la progressione della pandemia e per ridurre i costi sociali ed economici.



Sono considerate a rischio le persone affette da malattie respiratorie, cardiovascolari e del fegato croniche, diabete

trimestre di gravidanza. Nelle donne in gravidanza sono state riscontrate forme più gravi d'influenza da virus A

Come difendersi?

Le prime terapie da attuare in caso d'influenza A H1N1 sono le stesse a cui si ricorre di solito in caso d'influenza stagionale: farmaci sintomatici come gli antipiretici o gli antinfiammatori. Si raccomanda inoltre il riposo assoluto per almeno 6-7 giorni. La pandemia influenzale non rappresenta un problema solo strettamente



Per maggiori informazioni consultare il sito internet <http://www.fermail-virus.it>

*Dottoressa
Laura Piccioni*

Spirometria gratis e distribu zi

I volontari dell'AMA al la

La nostra associazione in pi az

La 34a edizione del Circuito dell'Acciaio si è conclusa. Secondo il Messaggero del 13 ottobre 2009, è stata "una delle più belle edizioni degli ultimi anni". Ci fa piacere che la nostra Associazione abbia contribuito alla riuscita di questo appuntamento. C'è stata una buona partecipazione di podisti (382) nella gara competitiva di 16 chilometri, e di camminatori e podisti (489) alla non competitiva di 5 chilometri, a cui ho partecipato insieme a molti cittadini umbri, tra cui un gruppo di dipendenti della Perugia e di altre regioni italiane.

Il 10 e l'11 ottobre non è stato solo un appuntamento sportivo, ma anche una dimo-

strazione di affetto per i luoghi che San Francesco prima di noi ha percorso "a piedi".

Inoltre, sabato pomeriggio 10 ottobre, a Terni in Piazza della Repubblica, durante il concerto della fanfara dei bersaglieri di Viterbo, e domenica mattina mentre si svolgevano le gare con i bambini accompagnati dai genitori, abbiamo distribuito la nostra rivista "ama notizie" ed il materiale informativo di Federasma, gli opuscoli per fare i test di verifica dello stato di salute dei nostri polmoni e la pubblicizzazione del **Numero Verde 800123213**. Questo è un servizio d'assistenza telefonica gratuita, messo a disposizione da Federasma, a cui rispondono medici vo-



lontari ai quali si possono chiedere informazioni sulla gestione ed il controllo dell'asma e delle allergie.

La partecipazione a quest'evento ci dà l'opportunità di ricordare a tutti che: "Più di tre milioni d'individui in Italia vivono il disagio d'essere asmatici, con sintomi che spesso interferiscono con la normale vita quotidiana". L'asma ha un costo medio annuo per paziente di circa 1.400.000 euro, ed è responsabile di più di 500 morti l'anno (dati ISTAT 2006). Il 20% dei bambini è allergico a polvere, pollini o animali domestici. L'8% dei bambini sotto i tre anni e il 2-6% della popolazione generale soffre di allergie alimentari. "Sono dati

preoccupanti", sostiene il Presidente di Federasma Sandra Frateiacchi nell'ultimo numero della rivista Respiro, "poiché molti decessi e sofferenze potrebbero essere evitati. Ci auguriamo che i buoni propositi possano tradursi in realtà e che l'Italia - che ha il primato di essere il Paese con la maggior percentuale d'asmatici non controllati - possa meglio tutelare le persone affette da queste patologie attraverso la realizzazione di un'efficace prevenzione ed assistenza". Nello stesso articolo della rivista Respiro il prof. Floriano Bonifazi, Presidente della Federazione Italiana delle Società Immuno - Allergologiche, dichiarava "l'importanza di adeguare i



zione di materiale informativo

la maratona dell'acciaio

pi azza insieme ai bersalieri

piani sanitari al crescente impatto epidemiologico delle malattie allergiche. Infatti, un cittadino su quattro soffre di allergie respiratorie. C'è la neces-

cranio - facciale. Da non dimenticare le reazioni avverse a farmaci, che oggi causano fino al 5% di tutti i ricoveri ospedalieri. Altro settore sottostimato è

quello dell'allergia al veleno di insetti come api e vespe (frequenza nella popolazione dell'1 - 3%). Le opportunità at-

tuali offerte dai trattamenti immunologici specifici sono in grado di prevenire fino al 95% delle reazioni più gravi, informazioni quasi del tutto ignorate sia da parte dei pazienti, sia da parte di molti

sità di campagne di sensibilizzazione che informino che la rinite allergica nel tempo tenda a complicarsi con asma, sinusite cronica, polipi nasali, disturbi respiratori nel sonno, allergie alimentari e alterato sviluppo



medici. Per quanto riguarda la lotta all'inquinamento atmosferico, è stato dimostrato che le particelle emesse dal traffico veicolare (in particolare da motori diesel) sono in grado di esercitare un'azione infiammatoria sulle mucose delle vie aeree e di potenziare la risposta allergica, se inalate insieme ai pollini".

Colgo l'occasione per ringraziare il nostro presidente, prof. Andrea Siracusa per la sua disponibilità e competenza professionale. Sono tre anni che con due appuntamenti annuali (Maratona delle Acque e Circuito dell'Acciaio) collaboriamo con l'Associazione Amatori Podistica di Terni. Voglio elogiarne quest'Asso-

ciazione, composta da tanti volontari con esperienza ormai decennale e da una persona eccezionale che ricopre con la stima di tutti il ruolo di presidente, parlo dell'amico Giuliano Fiorini.

Con l'augurio che anche l'anno prossimo si torni a lavorare tutti insieme per la riuscita di questi appuntamenti, non perdiamo la speranza che finalmente si possa riuscire a convincere le Istituzioni, le Fondazioni ed i Privati che il nostro apporto è necessario per migliorare la condizione di tanti cittadini allergici.

Giuliano Perugini
Vicepresidente di
AMA
Regione Umbria



Il 2 dicembre consueta assemblea dei soci nel palazzo A Perugia l'appuntamento de 12

La lettura dei messaggi Istituzionali e l'occasione

Le foto pubblicate in queste pagine si riferiscono alla 12a assemblea dei soci della nostra associazione, che si è tenuta a Perugia, Palazzo Cesaroni, sala della partecipazione lo scorso 2 dicembre. L'incontro è stato aperto dal presidente prof. Andrea Siracusa che, dopo aver accolto i partecipanti, ha letto i messaggi di saluto all'Assemblea di Marco Vinicio Guasticchi, presidente della provincia di Perugia, e di Giuseppe Legato, Direttore Generale dell'Azienda USL 2. C'è stata poi la relazione del nostro tesoriere Sara Marcucci, che ha fatto notare un anno 2008 finanziariamente difficile, con spese che hanno superato le entrate di oltre 2000 euro. Durante l'assemblea è stato approvato il bilancio, sono stati riconfermati



all'unanimità il comitato direttivo e i tre revisori dei conti. A sua volta il comita-

zo del Consiglio Regionale e lla tradizione si one per farsi gli auguri

to direttivo ha ri-
confermato presi-
dente (Andrea Si-
racusa), vicepresi-
dente (Giuliano
Perugini), segreta-
rio (Albino Cas-
cioli) e tesoriere
(Sara Marcucci).
E' intervenuto poi
Giuliano Perugini
che ha parlato del-

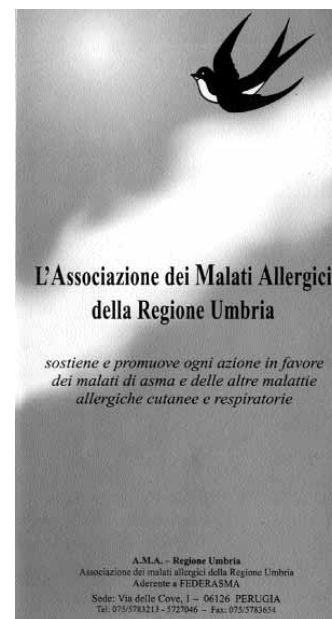


la sua esperienza con
l'AMA sul territorio di
Terni. Tra i temi trattati
si è parlato anche della
nuova influenza da vi-
rus A H1N1 e dell'im-

portanza della
vaccinazione nei
soggetti a rischio.
Alla fine c'è stato
il tradizionale rin-
fresco con panet-
tone e spumante,
durante il quale i

partecipanti si sono
scambiati gli auguri per
le prossime Feste Nata-
lizie.

*Dottorssa
Laura Piccioni*



OBIETTIVI DELL'A.M.A. - Regione Umbria

L'A.M.A. - Regione Umbria è un'associazione di volontariato, costituita prevalentemente da malati allergici, che ha lo scopo di:

- svolgere attività di informazione e di educazione sanitaria;
- sensibilizzare l'opinione pubblica sulla diffusione e sull'importanza delle malattie allergiche cutanee e respiratorie;
- stimolare l'attenzione di interventi pubblici di natura socio-economica al fine di migliorare la qualità di vita dei pazienti;
- promuovere interventi volti a potenziare a livello regionale e nazionale le strutture di prevenzione e diagnosi precoce;
- sostenere la ricerca scientifica, la lotta contro il fumo e contro l'inquinamento;
- intervenire nelle scuole e nei luoghi di lavoro affinché siano riconosciute le particolari esigenze dei pazienti e possano essere migliorate le condizioni degli ambienti di studio e di lavoro;
- collaborare a livello locale e nazionale con associazioni (quali Federasma, ALIR etc.) aventi analoghe finalità.

CHI PUÒ ADERIRE

I malati di asma e delle altre malattie allergiche cutanee e respiratorie, i loro familiari, e tutte le persone interessate, che per ragioni mediche, sanitarie o sociali contribuiscono o intendano contribuire a realizzare gli scopi dell'associazione stessa.

Come aderire all'A.M.A. - Regione Umbria

Sono tutti soci coloro che versano in favore dell'associazione una quota sociale annuale (€ 15,00 per i soci ordinari; € 25,00 per i soci benemeriti; € 50,00 per i soci sostenitori). Agli aderenti viene inviato gratuitamente il notiziario quadrimestrale per i pazienti allergici "ama notizie".

Il versamento può essere effettuato:

- sul conto corrente postale n. 16844060, intestato ad A.M.A. - Regione Umbria;
- contattando direttamente il presidente dell'associazione, Prof. Andrea Siracusa, tel. 0744 205554

ama notizie www.amaumbria.com

anno dodici, numero tre
redazione c/o Medicina del Lavoro,
Via T. di Joannuccio, 1 - Terni

finito di stampare nel mese di dicembre 2009

stampa: Tipografia Ellera - Perugia



PREZZI

vestire sempre