



Gli asmatici possono andare in piscina?

Data 29 maggio 2011
Categoria pneumologia

Secondo uno studio osservazionale prospettico la frequentazione della piscina non risulta associata ad un aumentato rischio di asma o di crisi asmatiche.

Gli autori di questo studio hanno seguito 5.738 bambini inglesi dalla nascita all'età di 10 anni raccogliendo, grazie ad un questionario, dati sulla frequentazione di piscine e sintomi respiratori.

All'età di 7-8 anni sono stati valutati la funzionalità polmonare, l'ipereattività bronchiale e sono stati eseguiti gli allergotestscutanei.

I risultati ottenuti sono stati, poi, corretti per vari fattori di confondimento. Si è visto che la frequentazione della piscina non risultava associata ad un aumento del rischio di patologie allergiche (asma, eczema atopico, rinocongiuntivite).

Al contrario: la frequentazione della piscina riduceva la sintomatologia asmatica nei bambini che avevano avuto episodi di broncocostrizione (wheezing) nei primi 3 anni e mezzo di vita.

Fonte:

Font-Ribera L et al. Swimming pool attendance, asthma, allergies, and lung function in the Avon Longitudinal Study of Parents and Children cohort. *Am J Respir Crit Care Med* 2011 Mar 1; 183:582.

Commento di Renato Rossi

Spesso i genitori di bambini con asma o altra patologia allergica chiedono se sia pericoloso o utile che i loro figli frequentino corsi di nuoto o comunque possano andare in piscina.

Da una parte i medici ritengono che il respirare in un ambiente umidificato come la piscina possa ridurre l'ipereattività bronchiale dell'asmatico e quindi il rischio di comparsa di crisi da esercizio fisico. D'altra parte vi è il timore che l'esposizione ai prodotti usati per la disinfezione dell'acqua (a base soprattutto di cloro) possa scatenare crisi asmatiche.

Alcune recenti revisioni della letteratura hanno dimostrato che, in effetti, l'asma è più frequente nei soggetti che praticano il nuoto rispetto ad altri tipi di sport.

Sembra inoltre che lo sviluppo di asma in chi frequenta le piscine sia più probabile in alcuni genotipi piuttosto che in altri. Tuttavia le prove non sono del tutto conclusive circa un'associazione di tipo causale fra frequentazione della piscina ed asma di nuova insorgenza. L'associazione tra frequenza delle piscine e asma è presente soprattutto di chi passa molto tempo a nuotare (come per esempio chi pratica il nuoto a livello agonistico) mentre è meno provata per chi frequenta le piscine a scopo ricreazionale.

Alcuni autori auspicano studi a lungo termine per chiarire in modo più accurato la questione dato che molti dei lavori disponibili sono di tipo trasversale e non longitudinale.

Nel frattempo cosa consigliare ai genitori che ci chiedono un parere? Lo studio prospettico recensito in questa pillola è tranquillizzante ed anzi sembra dimostrare un effetto protettivo della piscina verso l'asma nei bambini che, da piccoli, hanno avuto episodi di broncocostrizione.

Riteniamo, perciò, ragionevole non vietare per principio la frequenza della piscina al bambino asmatico, esclusi i casi in cui risulta evidente che questa pratica scatena o peggiora i sintomi respiratori.

Nello stesso tempo si devono informare i genitori che gli studi hanno dimostrato che esiste una associazione con l'asma in chi frequenta la piscina assiduamente e per molte ore, come per esempio chi pratica nuoto agonistico o semi agonistico, dato che in questi casi l'esposizione ai prodotti a base di cloro diviene prolungata.

Referenze

1. Fisk MZ et al. Asthma in swimmers: a review of the current literature. *Phys Sportsmed*. 2010 Dec;38(4):28-34.
2. Weisel CP et al. Childhood asthma and environmental exposures at swimming pools: state of the science and research recommendations. *Environ Health Perspect*. 2009 Apr;117(4):500-7.
3. Uyan ZS et al. Swimming pool, respiratory health, and childhood asthma: should we change our beliefs? *Pediatr Pulmonol*. 2009 Jan;44(1):31-7.
4. Goodman M et al. Asthma and swimming: a meta-analysis. *J Asthma*. 2008 Oct;45(8):639-47.