

Fibrosi Cistica: un aiuto dall'attività fisica

Contro la più diffusa tra le malattie rare, al via una giornata di sport in montagna per sensibilizzare i pazienti con trapianto di polmoni sui suoi benefici.

Che sport e movimento siano fondamentali per vivere in [salute](#) è oramai risaputo. Un'ulteriore conferma dei benefici acquisiti dalla loro pratica arriva dal [Centro Nazionale Trapianti \(CNT\)](#), grazie a studi scientifici condotti insieme all'Università di Bologna, all'Istituto Superiore di Sanità e al Centro Studi Isokinetic.

Scopo del loro impegno è dimostrare gli effetti positivi dell'attività fisica anche sui pazienti con fibrosi cistica che hanno subito il trapianto di polmoni. “Tutti i dati raccolti indicano che l'attività fisica regolare migliora la qualità di vita del paziente trapiantato”, ha dichiarato Alessandro Nanni [Costa](#), Direttore del CNT.

In Italia, il 30% dei trapianti di polmone riguarda proprio i pazienti con FC: la più diffusa tra le malattie rare, che colpisce circa 6.000 persone. “Ad oggi non esiste una [cura](#) risolutiva per questa patologia che danneggia principalmente l'apparato respiratorio – spiega Gianna Puppo Fornaro, Presidente LIFC (Lega Italiana Fibrosi Cistica Onlus) – Pertanto, nonostante i progressi terapeutici, quando si giunge allo stato avanzato della malattia polmonare e all'insufficienza respiratoria l'unica terapia salvavita è il trapianto di entrambi i polmoni”.

Tuttavia, i dati del CNT parlano chiaro: oltre il 73% di questi pazienti, ad un anno dall'intervento, può integrare le varie terapie farmacologiche e fisioterapiche con attività fisica, un ausilio molto importante per la terapia in FC.

È da questa premessa che prende il via oggi, martedì 25 agosto, la Prima Giornata di sensibilizzazione su fibrosi cistica, trapianto e sport dal titolo '**ci mettiamo il fiato! Raggiungi con noi la vetta**'. L'obiettivo è di promuovere i benefici di una corretta attività fisica in pazienti con patologie cronico-degenerative, dimostrando come la sua pratica regolare contribuisca a migliorare la qualità della vita nel periodo post trapianto. L'evento, da condividere con l'hashtag **#cimettiamoilfiato**, è rivolto specialmente ai pazienti con trapianto di polmone, prevede vari percorsi in montagna da svolgere sotto il controllo delle Guide Alpine della Provincia autonoma di Trento.

Per maggiori informazioni: www.fibrosicistica.it/grandieventi