

Con il patrocinio di

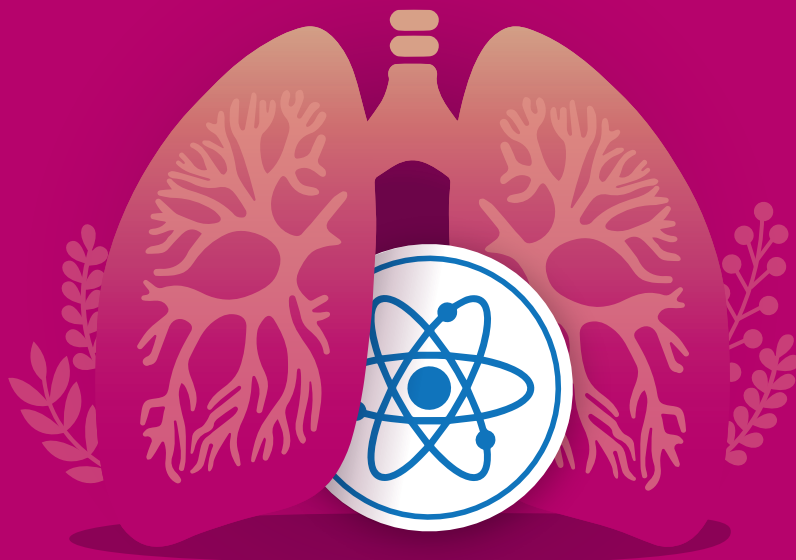


air/LAB

Buone pratiche per respirare insieme

ASMA E BPCO: IMPARIAMO A CONOSCKERLE

Le cause, le conseguenze, la gestione





PARLIAMO DI ASMA E BPCO



ASMA

Malattia eterogenea, generalmente caratterizzata da un'inflammatione cronica delle vie respiratorie.²



SINTOMI³

- Respiro sibilante
- Dispnea (difficoltà a respirare)
- Tosse
- Costrizione toracica

Questi sintomi sono associati a difficoltà ad espirare a causa di broncostrizione, ispessimento della parete delle vie aeree e aumento del muco.³



FATTORI DI RISCHIO³

- Infezioni virali³
- Fumo di tabacco³
- Esercizio fisico e stress³
- Allergeni domestici ed occupazionali (acaro della polvere, pollini, scarafaggi)³

ASMA E BPCO:
3 passi per affrontarle



Un regolare esercizio fisico porta a una vita più sana¹

Le malattie respiratorie, la cui diffusione negli adulti e nei bambini è **in continuo aumento in tutto il mondo**, hanno ripercussioni negative sulla qualità della vita di chi ne soffre:¹

ECCO ALCUNE INFORMAZIONI UTILI PER CONOSCKERLE E GESTIRLE



BPCO

Malattia, prevenibile e trattabile, caratterizzata da **persistenti sintomi respiratori** e limitazione al flusso aereo, dovuta ad anomalie delle vie aeree e/o alveolari.⁴



SINTOMI⁴

- Dispnea
- Produzione di espettorato
- Tosse



FATTORI DI RISCHIO⁴

- ◉ Fumo di tabacco⁴
- ◉ Esposizione professionale⁴
- ◉ Inquinamento degli ambienti interni e dell'aria esterna⁴
- ◉ Asma e iperattività delle vie aeree⁴
- ◉ Fattori genetici⁴
- ◉ Età e sesso⁴



Una corretta alimentazione

permette un migliore controllo delle patologie respiratorie¹



Il trattamento farmacologico

riduce i sintomi e migliora la qualità di vita¹⁻⁴



air/LAB

Buone pratiche / per respirare insieme

Bibliografia:

1. WHO Library Cataloguing-in-Publication Data. Global alliance against chronic respiratory diseases (GARD) basket: a package of information, surveillance tools and guidelines, to be offered as a service to countries. 2008. https://www.who.int/gard/publications/GARD_basket/en/ 2. Global Initiative for Asthma. Global Strategy for Asthma Management and Prevention, 2021. Disponibile: www.ginasthma.org 3. Global Initiative for Asthma. Guida Pocket Per La Gestione E La Prevenzione Dell'asma. 2020. https://ginasthma.org/wp-content/uploads/2020/04/Main-pocket-guide_2020_04_03-final-wms.pdf 4. Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease. GOLD POCKET GUIDE 2021. https://goldcopd.it/wp-content/uploads/materiali/2021/GOLD_Pocket_2021.pdf

Con il contributo
non condizionante di



Ideazione
e organizzazione

