

### Si può prevenire?

**Smettere di fumare è il provvedimento più efficace** per ridurre il rischio di sviluppare BPCO, ma anche la sua progressione, perciò non è mai troppo tardi per farlo! Per mantenere i polmoni in buona salute è bene anche svolgere un moderato e regolare esercizio fisico e seguire una dieta sana.

### PENSI DI ESSERE A RISCHIO DI BPCO?

Rispondi a queste domande:

- *Tossisci frequentemente?*
- *Hai catarro?*
- *Hai attacchi di tosse al risveglio?*
- *Hai difficoltà di respiro o affanno, anche dopo sforzi lievi?*
- *Hai più di quaranta anni?*
- *Sei fumatore o ex fumatore?*

Se hai risposto sì a 3 o più di queste domande potresti essere un soggetto a rischio. Parlane con il tuo medico di famiglia che valuterà la tua condizione e gli eventuali passi da fare.

# B P C O

## BRONCOPNEUMOPATIA CRONICA OSTRUTTIVA

A cura del Servizio  
di Informazione  
e Documentazione  
Scientifica delle  
Farmacie Comunali  
Riunite  
di Reggio Emilia



**FARMACIE  
COMUNALI  
RIUNITE**

# BPCO

## QUESTA SCONOSCIUTA

BPCO è una sigla utilizzata per abbreviare il nome di una malattia: la broncopneumopatia cronica ostruttiva. È una malattia infiammatoria cronica, progressiva e irreversibile che, danneggiando le vie respiratorie, porta nel tempo all'incapacità di respirare a pieni polmoni.

La BPCO è un problema largamente trascurato, principalmente perché si pensa che sia una condizione quasi "normale" nei fumatori o negli anziani. Nella fase iniziale i sintomi sono scarsi o comunque poco percepiti e per questo viene spesso diagnosticata in ritardo.

Inoltre, non è da sottovalutare il maggiore rischio di complicanze per i pazienti dovuto all'attuale situazione pandemica.

A livello mondiale, nei Paesi sviluppati, la BPCO interessa circa il 10% degli uomini ed il 6% delle donne, ma le percentuali variano in rapporto anche alla crescente abitudine al fumo delle donne stesse.

### Come si manifesta?

La **tosse cronica** è uno dei primi sintomi a comparire, generalmente più intensa al mattino e, nella maggior parte dei casi, con espettorato. Col passare del tempo si manifesta gradualmente un respiro affannoso (**dispnea**) che a lungo termine può limitare le normali attività quotidiane. Frequente è l'associazione della BPCO con altre condizioni (es. malattie cardiocircolatorie, diabete, osteoporosi) con un grave impatto sulla qualità di vita.

Chi è affetto da BPCO presenta una maggiore suscettibilità alle **infezioni delle vie aeree**. Infine, gli stadi più avanzati, possono necessitare di ossigenoterapia.

*Attualmente è una delle maggiori cause di mortalità nel mondo. In Italia colpisce circa 3,5 milioni di persone ed è responsabile di più della metà di tutti i decessi per malattie respiratorie.*

### Quali sono i fattori di rischio?

Fattori di rischio per lo sviluppo di BPCO sono correlati alla inalazione di polveri, sostanze chimiche, vapori o fumi irritanti, ad esempio sul luogo di lavoro, oppure a inquinanti ambientali sia esterni sia in ambienti chiusi, come emissioni di stufe, apparecchi elettrici o impianti di aria condizionata.

**In assoluto, però, il principale fattore di rischio per lo sviluppo di BPCO è il fumo di tabacco, sia attivo che passivo, in particolare quello di sigaretta.**

Può contribuire allo sviluppo di BPCO anche soffrire o aver sofferto in età giovanile di alcune patologie respiratorie, come **asma**, o infezioni respiratorie come bronchiti, polmoniti e pleuriti.

Individuare la BPCO quando ancora è nelle prime fasi consente di mettere in atto tutti i provvedimenti in grado di rallentare l'evoluzione della malattia: per questo è importante conoscerla ma ancora più importante è conoscere quali sono i comportamenti da adottare per prevenirla.

### Come si diagnostica?

Il medico pneumologo può diagnosticare la BPCO tramite un test che si effettua con uno strumento, lo spirometro, in grado di determinare la funzionalità respiratoria. A seconda dell'entità del restringimento delle vie aeree il flusso dell'aria diminuisce e si potranno valutare così i diversi stadi di gravità della malattia.

*Il principale fattore di rischio per lo sviluppo di BPCO è il fumo di tabacco, sia attivo che passivo.*

