

VareseNews

“La corsa mi ha insegnato a convivere con la malattia cronica”: la storia di Antonio al traguardo della maratona di New York

Pubblicato: Sabato 6 Maggio 2023



In occasione della **Giornata Mondiale della Spondiloartrite**, che quest'anno si celebra oggi 6 maggio, **l'Asst Gaetano Pinti di Milano** racconta la storia di **Antonio** che ha corso la maratona di New York nonostante sia affetto da questa **patologia reumatologica invalidante**. Da quando, nel 2002, ha avuto la diagnosi di spondiloartrite non ha mai smesso di correre, fino ad arrivare alla celebre maratona di New York, dove si è classificato 51° tra gli italiani.

“La malattia non deve fermarmi” è un frase che chiunque scopra di avere una patologia cronica e invalidante, specialmente in giovane età, ripete a se stesso per motivarsi. Antonio è uno dei pazienti in cura presso l'ASST Gaetano Pini-CTO e, dal 2006, su indicazioni degli specialisti della Clinica Reumatologica, ha iniziato ad assumere un farmaco biologico.

«La spondiloartrite è una patologia che impatta sulla colonna vertebrale e sulle articolazioni» spiega la dott.ssa **Carolina Artusi**, reumatologa, parte del team della Clinica Reumatologica, guidata dal **prof. Roberto Caporali**: «Di spondiloartrite bisogna parlare al plurale perché è un termine che indica **un ampio gruppo di patologie reumatologiche infiammatorie croniche** caratterizzate dal

prevalente coinvolgimento della colonna vertebrale, delle articolazioni sacro-iliache, delle entesi e delle articolazioni periferiche. Inoltre, nel corso di questa malattia possono essere interessate anche altri organi o apparati tra cui l'occhio con uveite, la cute con la psoriasi e l'intestino con malattie infiammatorie intestinali».

Di spondiloartriti **in Italia soffre circa 0.3-1.2% della popolazione sia uomini che donne**. La spondilite anchilosante, in particolare, colpisce prevalentemente gli **uomini di età inferiore ai 40 anni**.

I sintomi, diagnosi e impatti sulla quotidianità

Avere una diagnosi non è facile perché i sintomi iniziali possono essere confusi con quelli di altre patologie meno gravi e impattanti, come spiega la dott.ssa Artusi: «Il sospetto di spondiloartrite inizia a sorgere quando **il paziente lamenta da almeno tre mesi lombalgia infiammatoria**, ovvero un dolore lombare presente durante la notte e dalle prime ore del mattino con rigidità al risveglio che migliora con il movimento. Altri sintomi tipici sono il **dolore all'osso sacro e ai glutei, artralgie, dolore e rossore oculare e vista offuscata** in caso di uveite, **chiazze cutanee eritematose desquamanti** principalmente localizzata sui gomiti e sulle ginocchia in caso di psoriasi, **disturbi intestinali**».

La diagnosi è quindi clinica e gli impatti sulla quotidianità sono notevoli: «Una diagnosi di patologia cronica, in generale, ha sicuramente un forte impatto sulla vita di chi ne soffre, ma anche sulle persone vicine, coinvolge la famiglia, la coppia, le relazioni e la sfera lavorativa. Il **dolore cronico, la rigidità, la progressiva perdita di mobilità e funzionalità della colonna o altre articolazioni** possono alterare significativamente le attività quotidiane, con un impatto importante anche sulla progettualità, sulla propria immagine e quindi sull'identità, con esiti anche a livello psicologico. Non è raro che il paziente affetto da spondiloartrite sperimenti un sentimento di rifiuto della patologia. È perciò fondamentale aiutare il paziente ad **accettare e affrontare con consapevolezza la malattia**, favorendo la creazione di un rinnovato equilibrio in cui possa agire attivamente nelle scelte relative al proprio benessere psico-fisico».

Per Antonio, la corsa è stato il viatico per affrontare la patologia ed è l'incontro con gli specialisti dell'ASST Gaetano Pini-CTO che gli ha permesso di andare avanti: «**La corsa – dice Antonio – mi ha insegnato a capire che tutto può ripartire**. Correndo ho imparato a resistere fino all'ultimo secondo, anche quando ho tutto contro. Una volta ho letto che la corsa insegna a rallentare quando vorresti accelerare e a continuare quando invece ti vorresti fermare e non puoi ed è stato così anche per me. Devo però ringraziare i medici dell'ASST Gaetano Pini-CTO, sono dei fuoriclasse che mi dimostrano sempre grande sensibilità. È per la loro bravura che, pur essendo tornato a vivere nella mia regione di origine, la Calabria, ho comunque deciso di continuare a farmi seguire da questa equipe. Mi reco quindi a Milano ogni volta che devo effettuare i controlli o ritirare il farmaco biologico».

I farmaci biologici e lo sport come terapia

Oltre ai farmaci anti reumatici convenzionali, cosiddetti di primo livello, come gli antinfiammatori (FANS), il methotrexate, la sulfasalazina, da oltre 15 anni, l'ASST Gaetano Pini-CTO ha messo a disposizione dei pazienti **i farmaci biologici (o biotecnologici)**.

«Questi farmaci – spiega il **prof. Roberto Caporali**, Direttore del Dipartimento di Reumatologia e Scienze Mediche dell'ASST Gaetano Pini-CTO – hanno un'azione più specifica e selettiva rispetto ai convenzionali che li rende generalmente più efficaci. Vengono prescritti solamente quando quelli di primo livello non sono più efficaci o sono poco tollerati dal paziente e sono in grado di indurre una remissione anche prolungata della malattia. Presso la Clinica Reumatologica dell'ASST Gaetano Pini-CTO esistono ambulatori dedicati ai pazienti trattati con questi farmaci in cui professionisti preparati possano seguire i pazienti costantemente. In ogni caso, per prevenire un'evoluzione del danno anatomico e funzionale è importante effettuare una diagnosi precoce e iniziare il trattamento prima

possibile, con il farmaco più corretto a seconda del paziente».

Non solo per Antonio, ma per tutti i pazienti affetti di spondiloartriti la terapia farmacologica non basta: **è fondamentale associare la terapia fisica, la ginnastica, il movimento effettuato in maniera costante e regolare** per mantenere la mobilità della colonna, rafforzare muscoli e tendini e non da ultimo migliorare anche il benessere mentale. Per tutti questi motivi lo sport è assolutamente consigliato. «È importante che il paziente scelga uno sport adeguato alle sue capacità – spiega la dott.ssa Artusi – tenendo in considerazione eventuali limitazioni e comorbidità, adattando il carico, la durata e la frequenza dell'allenamento. Prima di iniziare uno sport si consiglia perciò di valutare con il reumatologo lo stato di malattia e l'attività più consona».

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it