

Prevalence of Allergy and Upper Respiratory Tract Symptoms in Runners of the London Marathon.

Med Sci Sports Exerc. 2012 Jun;44(6):999-1004.

La prevalenza di allergie e sintomi del tratto respiratorio superiore nei corridori della maratona di Londra.

Robson-Ansley P, Howatson G, J Tallent, Mitcheson K, Walshe I, Toms C, du Toit G, M Smith, Ansley L.

BACKGROUND: La prevalenza di sintomi del tratto respiratorio superiore in atleti dopo uno sforzo prolungato è sempre stata tradizionalmente ritenuta associata ad infezioni delle vie aeree dovute allo sforzo prolungato che determina una temporanea soppressione della funzione immunitaria.

Dal momento che risultano scarse evidenze che supportino tale opinione, è stata anche avanzata l'ipotesi che le modificazioni del sistema immunitario, dovute all'esercizio fisico, possano favorire anche l'atopia e le malattie allergiche che si manifesterebbero con questi sintomi respiratori. Lo scopo di questo studio era di esaminare l'associazione tra allergie e sintomi respiratori in corridori dopo l'esecuzione di uno sforzo prolungato..

MATERIALI E METODI: Duecentottanta (280) corridori della Maratona di Londra del 2010 sono stati sottoposti al questionario "Allergy Questionnaire for Athletes (AQUA)" e sottoposti ad analisi con il dosaggio di IgE totali ed IgE specifiche per allergeni inalanti comuni. Inoltre ai partecipanti che hanno completato la prova di maratona ed ad un gruppo di loro famigliari conviventi, che non svolgevano attività di corsa, è stato chiesto di compilare un diario sui sintomi respiratori.

RISULTATI: In base al questionario AQUA risultava che almeno il 40% degli atleti presentava anamnesi positiva per allergia ed inoltre presentava IgE elevate. I diari evidenziavano che il 47% dei corridori presentavano sintomi respiratori dopo la maratona. Un questionario AQUA positivo costituiva un importante indice predittore di sintomi respiratori post maratona.

Solo il 19% dei soggetti del gruppo di controllo riferiva sintomi respiratori.

CONCLUSIONI: La prevalenza di allergie nei maratoneti amatori (non professionisti) era simile a quello negli atleti professionisti e superiore a quello della popolazione generale. Esiste una significativa associazione tra un questionario AQUA positivo e sintomi del tratto respiratorio superiore.

La bassa percentuale di situazioni di conviventi in cui sia i corridori sia i non corridori erano sintomatici, suggerisce che la natura dei sintomi può essere più su base allergica e infiammatoria piuttosto che infettiva.

L'allergia è una patologia curabile, e il suo potenziale effetto sulle prestazioni atletiche e sulla salute degli atleti possono essere evitati con una accurata diagnosi clinica ed appropriata terapia.