

Con il patrocinio di:



con il patrocinio della
Federazione Italiana Golf

Mieloma in Movimento: dallo sport un aiuto ai pazienti

Uno studio pubblicato sul British Medical Journal mostra la relazione tra attività fisica e migliore stato di salute generale dei pazienti affetti da mieloma multiplo

Milano, 24 novembre 2020 – Dolore osseo persistente o ricorrente, fratture, stanchezza, infezioni inspiegabili, disturbi del sistema nervoso, mancanza di respiro o evidenza di insufficienza cardiaca o renale.¹ Sono questi alcuni dei sintomi del mieloma multiplo, **tumore delle cellule plasmatiche** del midollo osseo che colpisce ogni anno, **nel mondo**, circa **138.000 pazienti**.² L'età è il principale fattore di rischio: oltre due terzi delle diagnosi riguardano persone di età superiore ai 65 anni e solo l'1 per cento al di sotto dei 40 anni.³

Per questi motivi, fino a poco tempo fa, si riteneva che le persone affette da questo tumore del sangue, il secondo per diffusione dopo i linfomi, non potessero praticare attività fisica o sportiva.

“Nonostante le caratteristiche del mieloma multiplo e i suoi sintomi, lo sport non è affatto precluso alle persone che convivono con questo tumore del sangue, anzi,” spiega il professor **Sergio Amadori, presidente AIL e professore onorario di ematologia, università Tor Vergata di Roma**. *“Dedicarsi regolarmente all'attività fisica riduce il senso di affaticamento, rinforza l'apparato muscolo-scheletrico, e migliora lo stato di salute globale. Negli ultimi anni, i progressi straordinari della ricerca scientifica e delle terapie per i tumori ematologici sono diventati sempre più efficaci: l'obiettivo di AIL è assicurare che tutti i pazienti abbiano accesso alle migliori terapie disponibili e a percorsi di assistenza e cura che possano aumentare non solo l'aspettativa di vita ma anche la sua qualità. È in questo lo sport può dare un contributo fondamentale.”*

Oggi abbiamo anche evidenze scientifiche a sostegno della promozione dell'attività fisica per le persone con mieloma multiplo. È stato pubblicato di recente sul “British Medical Journal Supportive and Palliative Care” e presentato in occasione del webinar **“No One Left Out – Mieloma in Movimento”**, promosso da **Sanofi** insieme ad **AIL - Associazione Italiana Leucemie, Linfomi, Mieloma, Fondazione GIMEMA (Gruppo Italiano Malattie EMatologiche dell'Adulto)** e **Federazione Italiana Golf**, lo studio **Physical activity and health-related quality of life in multiple myeloma survivors: the PROFILES registry**, che mostra una associazione significativa tra attività fisica e migliore qualità di vita nei pazienti affetti da mieloma multiplo.

“I ricercatori hanno analizzato la relazione tra attività fisica e migliore qualità di vita in 112 pazienti con diagnosi di mieloma multiplo ricevuta tra il 1999 e il 2009 e registrati dal Netherlands Cancer Registry,” spiega il **Dottor Fabio Efficace, Head Of Health Outcomes Research Unit Fondazione GIMEMA onlus “Franco Mandelli**. *“Dallo studio è emerso che i pazienti affetti da mieloma multiplo che svolgono attività fisica attiva e regolare mostrano un migliore stato di salute generale e avvertono meno fatica. Inoltre, i ricercatori hanno rilevato che i pazienti fisicamente attivi hanno riportato meno effetti collaterali a seguito del trattamento rispetto ai pazienti non attivi”.*

Numerosi sono gli studi sull'importanza dello sport e dell'attività fisica nei pazienti con diagnosi di tumore, ma nessuno di questi aveva mai affrontato la correlazione tra l'attività motoria e parametri specifici della qualità di vita del paziente affetto da mieloma multiplo.

“Negli ultimi anni stiamo assistendo non solo a grandi progressi della ricerca scientifica in ambito ematologico, ma anche ad una crescente attenzione nei confronti degli aspetti legati al miglioramento complessivo della qualità di vita dei pazienti che vivono con queste patologie – ha dichiarato il Dottor Marco Vignetti, Presidente Fondazione GIMEMA onlus “Franco Mandelli – “Come evidenziato dallo studio “Physical activity and health-related quality of life in multiple myeloma survivors: the PROFILES registry” infatti, è sempre più importante sensibilizzare la comunità dei

pazienti affinché possano condurre una vita attiva anche da un punto di vista fisico. Fondazione GIMEMA promuove da oltre 30 anni gli studi sulle leucemie e le altre malattie del sangue. In Italia per il Mieloma Multiplo opera una rete coordinata dall'European Mieloma Network, formata da numerosi centri di ematologia su tutto il territorio nazionale, nell'ottica di coordinare studi scientifici e trovare soluzioni volte a migliorare la qualità di vita dei pazienti”.

Accanto alla ricerca e alle terapie, assume sempre maggiore importanza l'impegno per promuovere attività sportive inclusive e accessibili, che possano essere di supporto a persone che vivono condizioni di fragilità. Tra queste attività, la pratica del golf a livello amatoriale può essere un valido aiuto per le persone con mieloma multiplo.

*“Lo sport è un dono e ha un valore molto importante per la collettività: funge da traino e da collante sociale. È una pratica di inclusione che permette alle persone di stare insieme, di condividere valori e interessi e annullare le distanze,” commenta **Gian Paolo Montali, Direttore Generale del Progetto Ryder Cup 2023**. “Tra le discipline sportive, il golf è uno sport adatto a tutte le età e può essere di supporto per le persone che affrontano il mieloma multiplo, perché permette di fare attività all'aperto, assicura il benessere della mente, aumenta la resistenza dell'organismo, la forza muscolare e arreca vantaggi per la prevenzione di problemi cardiovascolari. Per questo, come Federazione Italiana Golf, nel contesto del Progetto Ryder Cup 2023, vorremmo impegnarci per costruire un percorso di avvicinamento al golf per le persone con mieloma multiplo, con l'obiettivo di porre l'attenzione su questa patologia e offrire un supporto al benessere psicofisico dei pazienti”.*

Dal 1990 al 2016 le diagnosi di mieloma multiplo sono aumentate del 126% e i decessi del 94%: questo evidenzia l'importanza di dover affrontare le tematiche correlate alla qualità della vita e al benessere, per dare la possibilità a tutti i pazienti di vivere una vita piena. Oggi, infatti, le persone nella fascia di età mediamente più colpita dal mieloma multiplo, **tra i 65 e i 75 anni**,⁴ vivono una vita attiva e dinamica.

*“Con **No One Left Out** ci impegniamo a sostenere tutti i pazienti affetti da mieloma multiplo, tenendo conto delle esigenze di ognuno e offrendo risposte che vadano oltre l'approccio terapeutico,” afferma **Marcello Cattani, Presidente e Amministratore Delegato di Sanofi Italia**. “Si inserisce in questo impegno il supporto che da diversi anni diamo a iniziative che adottano un approccio olistico alle patologie, incentrato sul benessere del paziente a tutto tondo. L'attività fisica è parte fondamentale di questo approccio e ben vengano le iniziative che promuovono discipline sportive accessibili, inclusive e diverse dai soliti canoni, contribuendo a una migliore qualità di vita per tutti i pazienti.”*

Ufficio Stampa Sanofi

Elena Santini - elena.santini@sanofi.com - 335 6084016

Alice Manfredini - alice.manfredini@sanofi.com - 366 6727323

Ufficio stampa AIL

Emanuela Zocaro - emanuelazocaro@ail.it – 366 6689926

Ufficio Stampa Federazione Italiana Golf

stampa@federgolf.it – 06 98379264

¹ American Cancer Society. Signs and Symptoms of Multiple Myeloma. <https://www.cancer.org/cancer/multiplemyeloma/detection-diagnosis-staging/signs-symptoms.html>. Accessed January 2019

² International Myeloma Foundation. Myeloma Action Month. <http://mam.myeloma.org/educate/>. Accessed January 2019. 2/6

³ Dati Airc

⁴ National Cancer Institute. Cancer Stat Facts. Myeloma. <https://seer.cancer.gov/statfacts/html/mulmy.html>. Accessed January 2019