

Podoconiosi, ne hai mai sentito parlare?

Camminare scalzi sulla sabbia osservando il tramonto, rincorrersi scalzi su un prato fra risate felici, o anche semplicemente vivere a pieno il tepore delle nostre case aggirandosi scalzi da una stanza ad un'altra. Sono tutti momenti rilassanti, piacevoli, gesti quotidiani che sono tali spesso e volentieri proprio perché li facciamo senza scarpe, scalzi, liberi e "a contatto" con la terra su cui viviamo.



In Africa ci sono popoli per cui camminare scalzi non è certo una scelta, quanto piuttosto un obbligo non avendo alternative: non ci si può permettere delle scarpe e non si può certo rinunciare a camminare, anzi! Ogni giorno occorre fare parecchi km per accedere a beni di primari come l'acqua potabile, o per andare a coltivare la terra o portare gli animali al pascolo. Accade spesso che proprio i piedi, il loro unico mezzo di trasporto, siano affetti da un malattia invalidante, che causa enorme sofferenza, ovvero la **podoconiosi**, ne hai mai sentito parlare?

COS'È LA PODOCONIOSI - Per molti di noi si tratta di una malattia sconosciuta, difficile anche solo da scrivere. È una malattia **non infettiva**, che colpisce indifferentemente uomini e donne in età ancora giovane e continua a progredire nel tempo. Colpisce coloro che **camminano usualmente a piedi nudi** in zone dove il terreno, di origine vulcanica, è composto da argilla rossa, ricca di alcuni minerali (in particolare il **silicio**) che penetrano nella pelle dei piedi, provocando prima irritazione, poi, man mano che si infiltrano sempre più nella carne, il blocco della circolazione linfatica locale.

Le conseguenze possono essere veramente **drammatiche**: da un iniziale fastidioso prurito e bruciore, per passare poi a gonfiore, dolore, comparsa di noduli, che divengono sempre più grossi e numerosi, fino a deformare completamente il piede. Inoltre a seconda dell'evoluzione della malattia (che colpisce il piede e, in genere, anche la parte inferiore della gamba, fino al ginocchio) l'arto può divenire gonfio in modo abnorme, con ritenzione di liquido, oppure duro, con rigidità delle dita e possono comparire ferite profonde e vaste ulcerazioni, sulle quali si instaurano infezioni gravi e maleodoranti.



Oltre alle conseguenze fisiche, le persone affette da questa malattia sono costrette a subire **ulteriori sofferenze psicologiche**, perché a causa dell'evolversi della malattia e della deformazione degli arti inferiori vengono escluse dalla vita sociale, **emarginate** e con enormi difficoltà anche a continuare a lavorare.

Questa malattia è diffusa prevalentemente nell'Africa Tropicale, ed in particolare **l'Etiopia è il Paese maggiormente colpito al mondo**. Recenti dati parlano di circa **1 milione di persone ammalate**, ma i soggetti potenzialmente **a rischio sarebbero circa 11 milioni**, ovvero circa il 10% dell'intera popolazione etiopica.

COSA FACCIAMO? – MAM Beyond borders è presente in con due missioni in **Etiopia** nelle diocesi di **Goro** e di **Sire**. Qui ogni settimana arrivano in centinaia per ricevere un **piccolo kit** per poter lenire le loro ferite, fatto di:

- Una tanica, una bacinella e del sapone per lavaggio giornaliero dei piedi
- Un paio di scarpe (spesso di fortuna, perché i loro piedi sono veramente gonfi e deformati)
- Un paio di calze
- Olio di neem e cure erboristiche

Così riusciamo ad offrire loro un po' di sollievo.



Ma sapete qual è la cosa più strana? Che **per prevenire questo tipo di malattia**, non occorre nessun vaccino, nessun medicinale, ma molto semplicemente basterebbe solo **indossare delle scarpe**. Questo permetterebbe di non entrare a contatto con i minerali del terreno, e quindi eviterebbe l'insorgere della malattia.

COME CI POTETE AIUTARE? – I runner conoscono bene l'importanza di scegliere bene le scarpe. Inoltre la maggior parte dei runner sostituiscono le scarpe da corsa dopo 600/700Km, perché le scarpe perdono le loro caratteristiche arrivando a compromettere la salute del piede, delle articolazioni e facendo insorgere fastidi muscolari. Le scarpe non più idonee per correre, sono spesso ancora in **perfetto stato per poterci camminare**. Vi chiediamo un **aiuto molto semplice**. Nelle vostre scarpieri c'è l'antidoto più prezioso per prevenire la pedoconiosi: **le vostre vecchie scarpe da running!** Organizziamo insieme una **raccolta di scarpe da running usate**, ma ancora in buono stato, da poter far arrivare alle nostre missioni in a Goro e Sire? Basta pochissimo:

1. Coinvolgete tutti i vostri runner
2. Raccogliete tutte le scarpe che volete donare in una stessa location e verremo noi stessi a prenderle o se non sarà possibile recuperarle di persona, organizzeremo una presa con un nostro corriere di fiducia.
3. Avete difficoltà a raccogliere le scarpe in un unico posto? Nessun problema, proviamo ad organizzare un "collecting day" ed in quel giorno potrete portarci le scarpe nella location che vi indicheremo

Non immaginate quanti km possono fare ancora le vostre scarpe da running usate!

Grazie di cuore.

Lo Staff di MAM Beyond borders

Per info e contatti

Emilio Gagliostro
Socio fondatore

✉ e.gagliostro@gmail.com

☎ 331.67.46.018

Ludovica Tosolini
Presidente

✉ info@mambeyondborders.org

☎ 340.50.91.260

Monia Matina
Vice Presidente

✉ moniamatina@hormail.com

☎ 349.34.222.74

Se volete sapere qualcosa in più su di noi e sui nostri progetti:



www.mambeyondborders.org



MAMbeyondborder



MAMbeyondborders



mambeyondborders