

# Approccio multidisciplinare per rimettere a nuovo il cuore

**Riabilitazione cardiologica.** L'obiettivo resta quello di migliorare la qualità di vita del paziente. Raccomandata dalle società scientifiche di tutto il mondo

Nel caso di pazienti cardiopatici sottoposti a intervento di bypass aortocoronarico, di angioplastica oppure di cardiocirurgia valvolare, la Cardiologia riabilitativa è volta, anzitutto, a diminuire la probabilità d'insorgenza di successivi eventi cardiovascolari, in secondo luogo a ridurre la sintomatologia, aumentare la tolleranza allo sforzo fisico e la capacità di affrontare lo stress. Più in generale, la Riabilitazione cardiologica ha come obiettivo il miglioramento della qualità della vita del paziente ed è raccomandata dalle società scientifiche di tutto il mondo, come sottolinea Alberto Imberti, direttore medico di presidio dell'Istituto Clinico Quarenghi di San Pellegrino Terme: «Grazie a un approccio multidisciplinare, la Riabilitazione cardiologica consente di stabilizzare la malattia e implementare un'efficace strategia di prevenzione secondaria. Oggi un intervento integrato di Cardiologia riabilitativa è inserito nelle linee guida della European Society of Cardiology e promosso dalle maggiori società scientifiche cardiologiche americane».

**Dottor Imberti, in che cosa consiste in concreto la Riabilitazione cardiologica?**

«L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha definito la Cardiologia riabilitativa come un processo multifattoriale, attivo e dinamico, che mira a favorire la stabilità clinica, ridurre le disabilità conseguenti alla malattia, supportare il mantenimento e la ripresa di un ruolo attivo nella società».

**Qual è l'approccio adottato dall'Istituto Clinico Quarenghi in questo campo?**

«All'Istituto Clinico Quarenghi abbiamo sviluppato un programma di Riabilitazione cardiologica con un approccio multidisciplinare, basato sulla necessità di adeguare l'offerta di



Riabilitazione cardiologica all'Istituto Quarenghi di San Pellegrino



Alberto Imberti

servizi alle esigenze specifiche del singolo individuo. Il team riabilitativo accoglie il paziente per le cure del caso e prepara il piano terapeutico più adeguato. Test valutativi di ingresso consentono di stabilire la condizione del paziente e di definire il percorso più adeguato. L'inquadramento diagnostico, effettuato nei primi giorni di degenza, analizza non solo le variabili cliniche, ma anche psicologiche e sociali che possono aver influenzato lo sviluppo della malattia cardiovascolare. L'approccio al paziente è svolto da una équipe multidisciplinare, composta da medico cardiologo, medico fisiatra, infermiere, psicologo, fisioterapi-

sta e dietista. Il team valuta inizialmente il paziente e settimanalmente il lavoro e gli obiettivi raggiunti. I primi giorni di degenza in particolare sono importanti per la stabilizzazione clinica e la prevenzione o il trattamento delle complicanze post-acute».

**Quali pazienti trattate?**

«Il nostro centro di riabilitazione accoglie pazienti a seguito di intervento di bypass aortocoronarico o di angioplastica coronarica percutanea, oppure sottoposti a interventi di cardiocirurgia valvolare, oltre a persone con esiti di angina pectoris o scompenso cardiaco. Si aggiungono anche casi di importanti malattie respiratorie e circolatorie».

**Come avviene il monitoraggio delle condizioni del paziente?**

«Anzitutto i pazienti vengono sottoposti a esami diagnostici di routine, come radiografia del torace, elettrocardiogramma, elettrocardiografia dinamica secondo Holter, ecocardiogramma mono-bidimensionale con color doppler, prova da sforzo al cicloergometro, monitoraggio della pressione arteriosa (MAP) e altri come l'ecodoppler arterioso e ve-

noso dei tronchi sovraortici e degli arti inferiori».

**Il trattamento riabilitativo cosa comprende?**

«È condotto da terapisti della riabilitazione all'interno della nostra Palestra dedicata, recentemente ristrutturata e attrezzata con tutta la strumentazione necessaria alla Riabilitazione cardiologica. Include, a seconda del caso clinico, ginnastica respiratoria, sedute alla cyclette o al tapis roulant, ginnastica calistenica e stretching muscolare, drenaggio delle secrezioni».

**Quali sono i benefici?**

«Evidenze scientifiche dimostrano che l'esercizio fisico modifica in senso favorevole molti fattori di rischio cardiovascolare quali la pressione arteriosa, l'assetto lipidico, l'obesità, la funzione e l'elasticità delle arterie, e sul tono dell'umore. Quindi davvero l'esercizio fisico è una medicina utile sia per curare i pazienti con malattia cardiaca già nota (prevenzione secondaria) che per ridurre l'insorgenza di malattie cardiovascolari (prevenzione primaria)».

**L'aspetto psicologico nei casi di eventi coronarici è fondamentale, come agite?**

«Durante la degenza uno psicologo clinico esegue una valutazione con lo scopo di valutare i fattori psicologici e sociali che possono essere rilevanti nella pianificazione degli obiettivi e delle strategie terapeutiche durante e dopo la fase di riabilitazione. Altro aspetto importante è la necessità di modificare lo stile di vita e i fattori di rischio. Nel programma sono previsti incontri multidisciplinari in cui vengono trattate problematiche riguardo la fisiopatologia cardiovascolare, la dimensione psicologica ed emotiva della malattia, l'accettazione del proprio stato, la gestione dello stress, la cessazione del fumo e la corretta alimentazione».