

La riabilitazione cardiaca una vera terapia salvavita

Istituto Quarenghi. Non solo è in grado di ridurre la mortalità del 27% ma anche i livelli di ansia e di depressione. Un percorso in cinque fasi

«Negli ultimi due decenni si è assistito ad un impressionante miglioramento dei risultati delle procedure diagnostiche e terapeutiche utilizzate nel trattamento degli eventi cardiovascolari in emergenza-urgenza, fattore che ha consentito una riduzione rilevante della mortalità nelle sindromi coronariche. La mortalità nel primo anno da un evento acuto è invece sensibilmente aumentata; infatti l'insorgenza della specifica cardiopatia, se non accuratamente gestita, nel lungo termine può comportare complicanze e nuovi eventi o recidive». A spiegarlo è il dott. Felice Valle, responsabile dell'Unità operativa di Cardiologia riabilitativa dell'Istituto Clinico Quarenghi di San Pellegrino Terme.

«Il paziente, dopo un evento coronarico o un intervento di rivascularizzazione percutanea o chirurgica - prosegue Valle -, necessita di azioni dirette non solo al recupero della qualità di vita e al mantenimento o miglioramento della propria capacità funzionale, ma anche alla gestione del rischio clinico, alla stabilizzazione della malattia e alla implementazione di una efficace strategia di prevenzione secondaria. Proprio in questa fase si inserisce la cardiologia riabilitativa».

La cardiologia riabilitativa, «attraverso un intervento strutturato, coordinato e multidisciplinare, è in grado di agire sugli aspetti più strettamente connessi alla disabilità, ma soprattutto di identificare e gestire il rischio clinico, di ottimizzare la terapia farmacologica e di avviare un reale programma di prevenzione. Oggi un intervento integrato di cardiologia riabilitativa è raccomandato, con un livello di evidenza scientifica molto ele-

vato, dalla European Society of Cardiology e dalle maggiori società scientifiche cardiologiche americane. Per queste ragioni dal 2007 l'European Society of Cardiology raccomanda che ogni paziente con esiti di infarto del miocardio o di evento ischemico, dopo angioplastica coronarica o by-pass aorto-coronarico, sia avviato ad un programma strutturato di cardiologia riabilitativa. I benefici comprendono un miglioramento complessivo del processo di cura che si ripercuote sulla correzione dei fattori di progressione della malattia, strettamente connessi alla successiva morbilità e mortalità (ridotta del 20-25%)».

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), a sua volta, ha definito la Cardiologia Riabilitativa (CR) come un processo multifattoriale, attivo e dinamico, che ha come fine quello di favorire la stabilità clinica; ridurre le disabilità conseguenti alla malattia; supportare il mantenimento e la ripresa di un ruolo attivo nella società. Sono stati inoltre sviluppati indicatori di processo e di risultato in grado di documentare oggettivamente i miglioramenti ottenuti da questi percorsi.

«I primi programmi di riabilitazione cardiologica - dice ancora il dott. Valle - sono stati sviluppati a partire dagli anni Settanta, epoca in cui furono evidenziati i vantaggi della mobilitazione precoce rispetto al prolungato allettamento che seguiva gli eventi coronarici acuti. La storia della riabilitazione cardiovascolare presso l'Istituto Clinico Quarenghi di San Pellegrino Terme comincia anch'essa precocemente, quando, grazie all'apertura e alla lungimiranza dei dottori Quarenghi, fu istituita l'unità funzionale di riabilita-



Il dottor Felice Valle



Una seduta di riabilitazione cardiologica all'Istituto Clinico Quarenghi

zione cardiologica, tra le prime nell'ambito del programma sanitario nazionale. Oggi rappresenta un elemento fortemente caratterizzante l'Istituto con 30 posti letto e circa 700 pazienti ogni anno ricoverati. I pazienti trattati sono quelli che hanno subito recenti interventi di rivascularizzazione miocardica mediante bypass aorto-coronarico o angioplastica coronarica percutanea, o sottoposti a interventi di cardiocirurgia valvolare, nonché tutti quei pazienti che presentano alcune ben classificate forme di angina pectoris o scompenso cardiaco».

Main cosa consiste in concreto la riabilitazione cardiologica?

«Il percorso della riabilitazione cardiologica - dice Valle - prevede per ciascuna patologia più fasi: inquadramento clinico e diagnostico generale; valutazione dello stato nutrizionale e metabolico; ottimizzazione della terapia farmacologica; programma psicoeducazionale e nutrizionale; training fisico personalizzato e controllo (moni-

toraggio ECG e PA); valutazione strumentale (diagnostica cardiologica non invasiva, ECG dinamico sec. Holter, ecocardiogramma color doppler, Holter pressorio, monitoraggio telemetrico). Per questo motivo i pazienti lavorano a stretto contatto non solo con i medici, ma anche con infermieri, fisioterapisti, psicologi, e nutrizionisti. All'Istituto Clinico Quarenghi è stato sviluppato un programma di riabilitazione cardiologica con un approccio multidisciplinare basato sulla necessità di adeguare l'offerta di servizi alle esigenze specifiche del singolo individuo. In conclusione, citando Bob Lewis, possiamo dire che "se ci fosse una pillola molto economica, in grado di ridurre le morti per causa cardiaca del 27%, di migliorare la qualità della vita, di ridurre ansia e depressione, ci si aspetterebbe che tutti i cardiopatici europei l'assumessero. Questa pillola non esiste, ma un programma di riabilitazione cardiaca può fornire tutti questi benefici"».