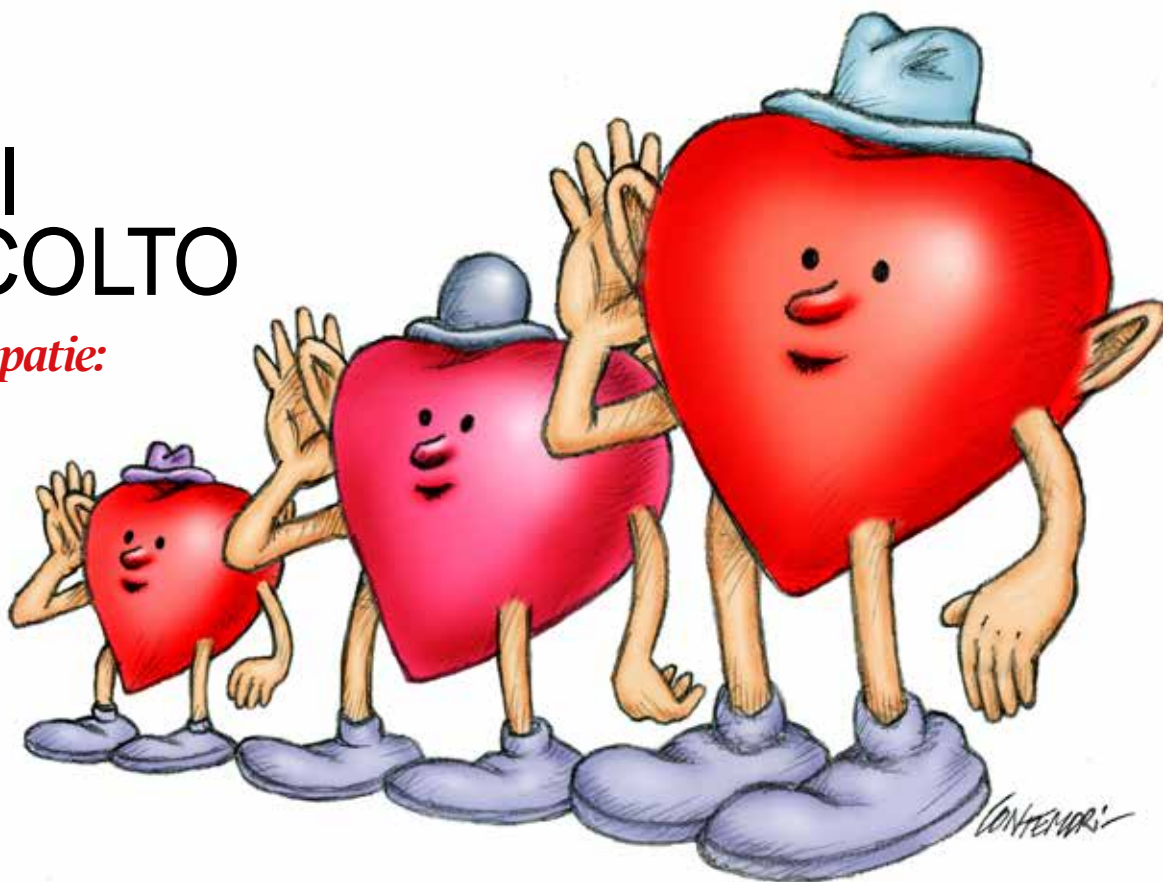


# CUORI IN ASCOLTO

*Le cardiomiopatie:  
se le conosci,  
le curi*

di **Alma Valente**



**I**l cuore è un motore silenzioso che ci accompagna per tutta la vita, ma quando si guasta il silenzio può essere assordante. Purtroppo, le cardiomiopatie sono un gruppo di malattie che possono compromettere la funzione di questo nostro motore, ma grazie alla ricerca, le terapie e lo stile di vita, si può riprendere il controllo. Ne parliamo con il professor Franco Cecchi, cardiologo e presidente di Aicarm (Associazione Italiana Cardiomiopatie).

## **COSA SONO LE CARDIOMIOPATIE E COME SI MANIFESTANO?**

Sono malattie del muscolo cardiaco e comprendono forme diverse, in base alle dimensioni e allo spessore delle pareti del ventricolo sinistro, o del destro, o di ambedue. Per lungo tempo possono essere asintomatiche, cioè non danno disturbi, e per questo vengono spesso diagnosticate tardivamente, in occasione di un controllo casuale. Ma possono anche manifestarsi improvvisamente con eventi come la fibrillazione atriale o lo scompenso cardiaco, o con aritmie ventricolari, anche gravi, che possono determinare arresto cardiaco (per fibrillazione ventricolare), e morte improvvisa. Vengono citate solo in occasione di questi eventi drammatici negli sportivi, come già accaduto a due calciatori della Fiorentina, Davide Astori e Edoardo Bove.

## **QUAL È LA LORO DIFFUSIONE?**

Nel mondo si stima che le cardiomiopatie siano presenti in circa 5 persone su mille. La forma più comune, la cardiomiopatia ipertrofica, caratterizzata da un aumento dello spessore delle pareti del ventricolo sinistro di oltre 15 mm, è presente in circa 2 persone su mille, nella popolazione generale. È più frequente negli adulti e negli anziani, si sviluppa in adolescenza ed età adulta, mentre in età pediatrica è più rara.

## **QUAL È IL RUOLO DELLA DIAGNOSI PRECOCE?**

È fondamentale. Permette di valutare il tipo di malattia, in modo da iniziare terapie specifiche, di verificare l'eventuale coinvolgimento di altri organi e il rischio di aritmie pericolose. Le cardiomiopatie sono spesso di origine genetica e questo significa che la mutazione può essere trasmessa ai figli, che a loro volta devono essere controllati.

## **QUALI SONO I TRATTAMENTI DISPONIBILI?**

Negli ultimi cinquant'anni sono stati sviluppati diversi farmaci e trattamenti che consentono di migliorare la qualità e la durata della vita, e di ridurre il rischio di complicanze e di progressione dei sintomi, come interventi cardiocirurgici, abla-

zione delle aritmie, fino al trapianto cardiaco, necessario solo in una minoranza di casi. Queste terapie sono disponibili in alcuni centri di riferimento in Italia: uno dei principali è a Firenze, il Centro interaziendale per l'innovazione e la ricerca Careggi e Meyer.

## **QUANTO È IMPORTANTE LO STILE DI VITA NELLA GESTIONE DELLA MALATTIA?**

È fondamentale: sono raccomandate un'alimentazione equilibrata per mantenere un peso corporeo adeguato (l'obesità peggiora la cardiomiopatia), attività fisica leggera (prescritta dopo una accurata valutazione anche con test cardiorespiratorio) come passeggiate e bicicletta a pedalata assistita, l'astensione dal fumo e da un consumo eccessivo di alcolici.

## **CHE CONTRIBUTO POSSONO DARE ASSOCIAZIONI COME QUELLA DI CUI È PRESIDENTE?**

Aicarm svolge funzioni di educazione ed informazione con corsi anche online e sostiene la ricerca scientifica. Assiste i pazienti con cardiomiopatia attraverso il servizio "Cuori in ascolto". Scrivendo una mail a [info@aicarm.it](mailto:info@aicarm.it) o chiamando il numero 0550620178, i volontari rispondono alle diverse esigenze dei pazienti. Il sito web [aicarm.it](http://aicarm.it) è ricco di informazioni utili per pazienti, familiari e anche medici. —