

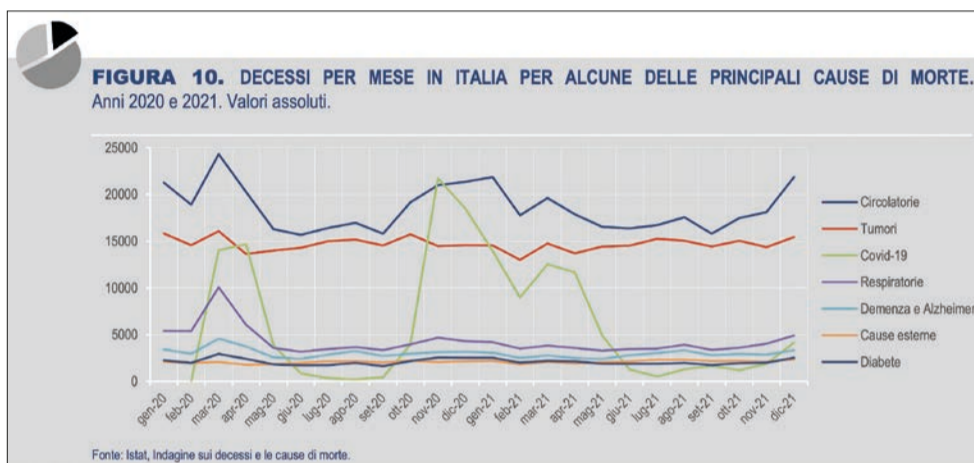
FOCUS PREVENZIONE
il ruolo fondamentale
della diagnosi precoce



Nel cuore della SALUTE

LE NUOVE TENDENZE
su benessere e bellezza
per una vita più sana

La visita cardiologica: perché è fondamentale per la nostra salute



Le malattie cardiovascolari sono la principale causa di morte nei Paesi occidentali, compresa ovviamente l'Italia con milioni di persone colpite ogni anno da infarto del miocardio, aritmie, ipertensione arteriosa e scompenso cardiaco. Eppure, gran parte di queste condizioni possono essere prevenute o controllate se identificate e trattate già in fase precoce.

Ecco perché la visita cardiologica rappresenta un pilastro fondamentale per la prevenzione e la diagnosi precoce.

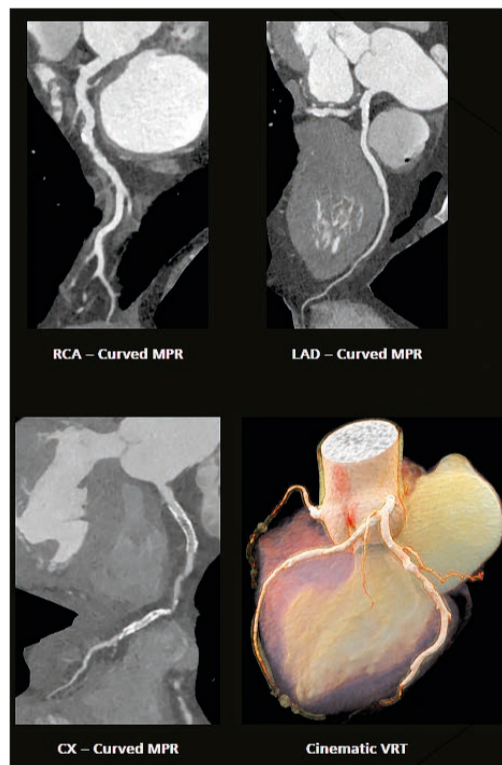
Cos'è una visita cardiologica e cosa comprende?

La visita cardiologica è un esame medico specialistico mirato a valutare in modo approfondito la funzionalità del cuore e del sistema circolatorio.



Si svolge in ambulatorio, non è invasiva e non comporta alcun dolore né alcun rischio. Si compone di diverse fasi:

- **Anamnesi:** raccolta dettagliata della storia clinica personale e familiare, dei sintomi riferiti, delle abitudini di vita (alimentazione, attività fisica, fumo, alcol, stress).
 - **Esame obiettivo:** auscultazione del cuore e dei polmoni, palpazione dei polsi periferici, misurazione della pressione arteriosa.
 - **Esami strumentali di base:** elettrocardiogramma (ECG) per rilevare alterazioni del ritmo e della conduzione elettrica del cuore.
 - **Esami integrativi se necessari:**
 - Ecocardiogramma transtoracico (valuta forma e funzione delle cavità cardiache e delle valvole);
 - Holter ECG delle 24-48-72 ore (monitora il ritmo cardiaco nel tempo, per ricercare aritmie);
 - Holter pressorio (valuta le variazioni della pressione arteriosa durante la giornata);
 - TAC coronarica (che permette, in casi adeguatamente selezionati, la valutazione precisa delle coronarie, escludendo o confermando un sospetto di coronaropatia);
 - Risonanza magnetica cardiaca (che può identificare specifiche cardiopatie).
- Questi esami forniscono al cardiologo un quadro completo della funzione cardiaca e permettono di stabilire se sono presenti anomalie da monitorare o da trattare e per stratificare il rischio.



Angio TC Coronarica

Perché fare una visita cardiologica anche in assenza di sintomi?

Uno degli errori più comuni è pensare che il cuore stia bene finché non si manifestano sintomi evidenti. Ma molte cardiopatie evolvono in modo subdolo e silente per anni, per cui è importantissimo, soprattutto per le persone con plurimi fattori di rischio cardiovascolare (ipertensione, dislipidemia, fumo, familiarità per cardiopatia o vasculopatia), eseguire una valutazione cardiologica già prima del manifestare dei sintomi.

Un altro vero e proprio fattore di rischio indipendente e molto importante è rappresentato dall'obesità o il sovrappeso, associato ad uno stile di vita sedentario.

Infatti, non raramente, l'assenza di un adeguato screening, fa sì che la diagnosi arrivi solo dopo un evento acuto e molto invalidante, come un infarto miocardico o un ictus cerebrale.

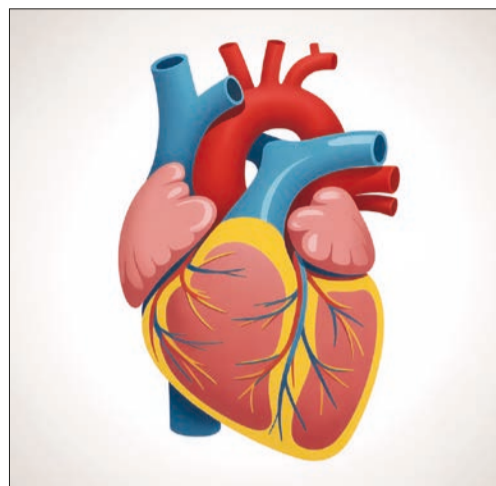
Una visita cardiologica eseguita per tempo può:

- rilevare alterazioni minime ma significative;
- consentire l'identificazione di fattori di rischio modificabili, su cui agire;
- guidare il paziente verso uno stile di vita più sano;
- impostare eventuali terapie farmacologiche di prevenzione primaria.

Chi dovrebbe farla e quando?

La visita cardiologica è raccomandata in diverse situazioni:

- Soggetti > 50 anni, anche se asintomatici
- Pazienti con familiarità per malattie cardiovascolari precoci
- Persone con pressione alta, diabete, colesterolo elevato o obesità
- Chi accusa sintomi come dolore toracico, palpitazioni, affanno, astenia o sincopi



- Sportivi amatoriali e professionisti (prima dell'inizio di attività fisica intensa)
- Pazienti già noti per patologie cardiache, per controlli periodici

Chi deve fare la visita cardiologica e quando?



Casi clinici reali: quando la prevenzione fa la differenza

Mario, 58 anni - Lavora in ufficio, conduce vita sedentaria e presenta sovrappeso. Durante una visita di screening aziendale, viene riscontrata ipertensione arteriosa. La visita cardiologica con ecocardiogramma rivela un iniziale ispessimento del ventricolo sinistro. Grazie a un piano dietetico e motorio, affiancato da una terapia mirata, Mario controlla la pressione e riduce la probabilità di un'evoluzione verso una cardiopatia più grave.

Anna, 47 anni - Madre di due figli, apparentemente in salute. Nessun sintomo, ma forte familiarità per infarto (padre deceduto a 49 anni per infarto miocardico) e dislipidemia. All'ecodoppler dei tronchi sovraortici, segnalata la presenza di placche subcritiche. Su consiglio del medico di base, esegue una visita cardiologica, che per la forte familiarità e la presenza di vasculopatia, consiglia esecuzione coronaro TC. Questo esame segnala la presenza di una coronaropatia significativa, che porterà la paziente a eseguire una coronarografia, con successivo trattamento. Una diagnosi "salvavita".

Paolo, 66 anni - Ex fumatore, si rivolge al cardiologo per palpitazioni notturne. L'Holter ECG conferma episodi di fibrillazione atriale. Il paziente inizia quindi una terapia anticoagulante, riducendo drasticamente il rischio embolico.

Quando eseguire una visita cardiologica in presenza di sintomi o se già affetti da cardiopatie?

Se è importante eseguire una visita cardiologica nella popolazione asintomatica, è fondamentale eseguirla nei pazienti sintomatici e/o noti per cardiopatia.

In particolare è fondamentale eseguire una valutazione cardiologica tutte le volte che un paziente manifesta dolore toracico, batticuore e/o dispnea.

Discorso analogo va fatto per i pazienti con nota cardiopatia, infatti, anche in questo caso i pazienti devono eseguire controlli regolari indipendentemente dagli eventuali sintomi che potrebbero segnalare. Tutti i pazienti con pregresso infarto miocardico, fibrillazione atriale, scompenso cardiaco dovrebbero eseguire regolari valutazioni con una cadenza semestrale o annuale, o differente in base al quadro clinico.

Una rubrica per fare il punto sulle scoperte della medicina

La Rubrica Nel Cuore della Salute Coordinata dal Dr. Gino Carnazza è a Cura di Studio Futura Centro di Radiodiagnostica in Ciriè - Direttore Sanitario Dr.ssa Alessandra Surace, Direttore Tecnico Dr. Luca Luberto. Benvenuti nella nostra Rubrica quindicinale dedicata alla Salute, dove esploreremo una vasta gamma di temi affascinanti e attuali.

In ogni inserto vi guideremo attraverso le ultime scoperte e tendenze nel mondo della medicina, con un focus particolare su argomenti che spaziano dall'Intelligenza Artificiale applicata alla Diagnostica, allo screening Senologico per la donna piuttosto che Prostatico per l'uomo senza trascurare alcuni temi oggi particolarmente sentiti come il concetto di bellezza e benessere e la sua evoluzione attraverso i secoli. In questo viaggio informativo e formativo, esamineremo da vicino l'evoluzione della tecnologia e la sua crescente influenza sulla pratica medica, con un'attenzione speciale sul futuro impiego dell'Intelligenza Artificiale nei processi diagnostici e terapeutici. Approfondiremo anche tematiche specifiche come l'Osteoporosi o le Afezioni Polmonari, offrendo consigli pratici utili per la prevenzione e il trattamento di queste patologie. Inoltre, esamineremo in dettaglio metodiche diagnostiche avanzate, come la TC o la Risonanza Magnetica, illustrandone in modo semplice i principi ed il loro ruolo fondamentale nella diagnosi precoce di diverse patologie. Unisciti a noi per esplorare il mondo affascinante della salute con l'obiettivo di imparare a vivere una vita più consapevole e sana. Seguiteci nei nostri viaggi attraverso il corpo umano che prevede anche interviste esclusive a Specialisti di fama nazionale con consigli pratici che vi aiuteranno nel prendervi cura del vostro benessere. La vostra salute è la nostra priorità!

La prevenzione è salute

Anche nella visita cardiologica viene confermato il principio che la prevenzione è il miglior investimento che possiamo fare per la nostra salute ed il nostro futuro.

Il genere umano in realtà è stato creato per trascorrere un breve periodo sulla terra, la civiltà moderna e tutti i privilegi che ci siamo concessi hanno determinato un allungamento della vita media. Ovviamente questo comporta un aumento delle malattie a fronte di una aspettativa di vita superiore che purtroppo non sempre può essere garantita per tutti.

È questo il motivo fondamentale per il quale la prevenzione assume un significato fondamentale di cui dobbiamo farci carico se vogliamo una vita longeva e serena.

DOMANDE FREQUENTI

Quanto dura una visita cardiologica?

Circa 30-45 minuti, a seconda della complessità del caso e degli esami eseguiti.

Serve una preparazione?

No, ma è utile portare eventuali referti di esami precedenti, la lista dei farmaci e annotare eventuali sintomi.

La visita è dolorosa?

Absolutamente no. Tutti gli esami sono non invasivi e indolori.

Ogni quanto va ripetuta?

Nei soggetti sani sopra i 50 anni, è consigliata ogni 1-2 anni. In caso di patologie già diagnosticate, la frequenza dipende dal parere del cardiologo.

Il cuore può essere "controllato" solo con l'ECG?

L'ECG è utile ma non sufficiente per una valutazione completa: è solo un punto di partenza.

Conclusioni: il cuore merita attenzione, non solo in emergenza.

Prendersi cura del proprio cuore non significa soltanto intervenire quando qualcosa non va. Significa investire sulla qualità della propria vita, sul benessere quotidiano, sulla prevenzione delle malattie e sulla longevità.

Prendere una visita cardiologica, anche in assenza di sintomi, è una decisione saggia e lungimirante nei soggetti sopra i 50 anni. Il cuore lavora per noi 24 ore su 24: doniamogli il tempo che merita per tenerci in salute.

Dr. Gino Carnazza