

***Lo scompenso cardiaco : dalla prevenzione delle  
malattie cardiovascolari alle nuove terapie***

Prof. Dr. Carlo Racani









**AISC**<sup>9</sup>  
 Associazione Italiana  
 Scompensati Cardiaci  
[www.associazioneaisc.org](http://www.associazioneaisc.org)

**CUORE IN VOLO**  
 RACCOMANDAZIONI PER I PASSEGGERI  
 CON SCOMPENSO CARDIACO

A cura del Dott. Carlo Racani  
 Responsabile Sanitario Pronto Soccorso Fiumicino-Ciampino AdR Aeroporti di Roma

e del Dott. Antonio S. Cesario  
 Cardiologo e Consulente Medico AdR Aeroporti di Roma

Con la collaborazione del Prof. Salvatore Di Somma  
 Direttore Comitato Scientifico AISC

**CUORE IN VOLO**

SUGGERIMENTI PER PASSEGGERI  
 CON SCOMPENSO CARDIACO.

**ADR** Aeroporti  
 di Roma



## COS'È LO SCOMPENSO CARDIACO

Lo scompenso cardiaco è una condizione clinica legata all'incapacità del cuore di pompare in modo efficace il sangue in circolo, con conseguente riduzione dell'apporto di ossigeno ai diversi organi.

## SCOMPENSO CARDIACO E VITA QUOTIDIANA

I sintomi dello scompenso cardiaco influiscono sulle attività che il soggetto è in grado di svolgere quotidianamente e compromettono in modo più o meno grave l'attività fisica.

**LA NEW YORK HEART ASSOCIATION INDIVIDUA QUATTRO CLASSI FUNZIONALI CORRISPONDENTI A DIVERSI GRADI DI SEVERITÀ DELLO SCOMPENSO CARDIACO IN RAPPORTO ALLA CAPACITÀ DI SVOLGERE ATTIVITÀ FISICHE.**

- 1. CLASSE NYHA I** - NESSUNA LIMITAZIONE ALL'ATTIVITÀ FISICA.  
Attività fisiche come fare esercizi fisici, portare borse pesanti non causano affaticamento, affanno o palpitazioni.
- 2. CLASSE NYHA II** - LIEVE LIMITAZIONE ALL'ATTIVITÀ FISICA.  
Affaticamento, affanno e palpitazioni durante le attività fisiche più impegnative.
- 3. CLASSE NYHA III** - MARCATO LIMITAZIONE ALL'ATTIVITÀ FISICA.  
Affaticamento, affanno e palpitazioni anche durante le attività fisiche meno impegnative come pulire i pavimenti o stendere i panni.
- 4. CLASSE NYHA IV** - INCAPACITÀ DI ESEGUIRE QUALSIASI ATTIVITÀ FISICA.  
Affaticamento, affanno e palpitazioni nel lavarsi o anche a riposo.

## SCOMPENSO CARDIACO E VIAGGIO AEREO

Alcune condizioni particolari, predisponendo il cuore ad un sovraccarico lavorativo, possono causare un peggioramento del quadro clinico con comparsa di sintomi.

Il viaggio aereo, in particolare, può favorire le riacutizzazioni dello scompenso cardiaco per fattori legati a:

1. riduzione della pressione atmosferica ad alta quota e quindi della pressione parziale di ossigeno nel sangue;
2. ridotta umidità dell'aria all'interno dell'aereo con conseguente rischio di disidratazione;
3. eventuale presenza di altre patologie (malattie del polmone o anemia) che aggravano la carenza di ossigeno;
4. stress psico-fisico legato al viaggio (file al check-in e ai controlli di sicurezza, trasporto bagagli, ansia per il volo).

Ciò nonostante il viaggio aereo non è assolutamente controindicato per i pazienti con scompenso cardiaco ma è importante che vengano seguiti alcuni consigli.

## RACCOMANDAZIONI PER IL VIAGGIO AEREO

Le modificazioni che si verificano ad alta quota sono ben tollerate nei casi di scompenso cardiaco stabile, ma risultano rischiose per i viaggiatori con quadri clinici più severi.

I passeggeri con scompenso cardiaco che riescono a svolgere le normali attività quotidiane senza affanno e affaticamento (classi NYHA I e II) possono intraprendere il viaggio aereo senza particolari controindicazioni, attenendosi alle seguenti raccomandazioni generali:

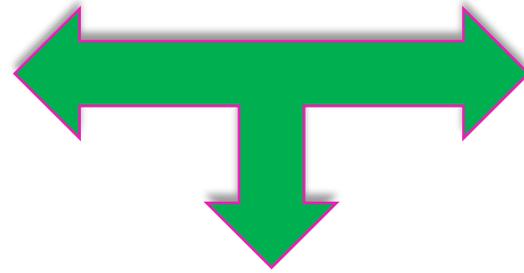
### 1. PORTARE NEL BAGAGLIO A MANO:

- la terapia personale sufficiente a coprire la durata del volo
- farmaci d'emergenza come diuretici e nitrati
- una relazione medica sul proprio stato di salute
- un ECG recente
- il contatto del proprio medico curante

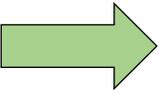
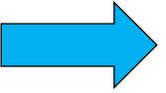
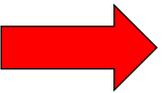
### 2. PORTARE NEL BAGAGLIO IN STIVA:

- una quantità di farmaci sufficiente a coprire la durata del viaggio.





## Per i soci Aisc

-  - Visita cardiologica gratuita con Ecg, previo appuntamento
-  - Tampone antigenico gratuito nel periodo dell'emergenza sanitaria, su appuntamento
-  - Counseling gratuito con rilevazione P.V prima od al termine di un viaggio



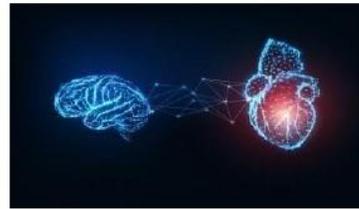
# Collaborazione e progetti

## «CI PRENDIAMO CURA DI TE»

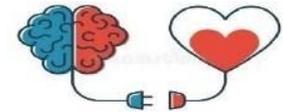
15 marzo – 12 maggio 2023 screening di prevenzione

Adr sostiene e collabora con l'Aisc promuovendo eventi di screening sulla Fibrillazione atriale e Prevenzione dell'Ictus

- ❖ Ecg, rilevazione P.V, analisi del ritmo cardiaco
- ❖ Consegna di scheda/dépliant con appuntamento tra 1 anno



CI PRENDIAMO CURA DI TE

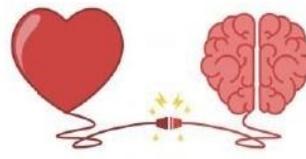


Attualmente il Pronto Soccorso è in prima linea con la campagna di prevenzione, screening iniziato il 15 marzo scorso che terminerà ad aprile 2023.

L'alto numero di adesioni da parte dei colleghi ha evidenziato un elevato indice di gradimento per questa iniziativa, riconoscendo in ognuno di noi il ruolo fondamentale della propria Salute come un bene inestimabile.

Aeroporti di Roma è da sempre al fianco di tutti i dipendenti e colleghi cercando di prevenire l'ictus individuandolo precocemente attraverso l'analisi del ritmo cardiaco, il controllo pressorio associato ad una attenta valutazione dei fattori di rischio cardiovascolare.

La campagna è frutto della stretta collaborazione tra il Pronto soccorso e People Care, per una grande Azienda sempre in Salute ed in Crescita.



SCREENING: PREVIENI L'ICTUS



# Dépliant per i pz

**SEMPLICI REGOLE DA TENERE IN CONSIDERAZIONE NELLA VITA QUOTIDIANA PER UNA EFFICACE PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE**

1. Fare regolare attività fisica aerobica di almeno 30 minuti al giorno per 2 o 3 volte a settimana.
2. Evitare condizioni di stress nella vita quotidiana.
3. Mantenere i valori di glicemia a digiuno inferiori a 100 mg/dl riduce il rischio di sviluppare diabete mellito e malattie cardiovascolari.
4. Mantenere un peso equilibrato: chi pesa troppo affatica il cuore. Mantenere la circonferenza vita ad un valore inferiore a 88 cm per le donne e a 102 cm per gli uomini.
5. Controllare costantemente la pressione (in caso di ipertensione, il proprio medico consiglierà un trattamento adatto a ridurre il rischio di malattie cardiovascolari. Portare i valori di pressione arteriosa al di sotto di 140/90mmHg (130/80 mmHg in presenza di diabete mellito e di rischio cardiovascolare elevato).
6. Seguire una dieta povera di grassi, insaccati e zuccheri, preferendo cibo ricco di fibre vegetali, pesce e carne magra.
7. Portare i valori di colesterolo HDL ("colesterolo buono") al di sopra di 40 mg/dl per gli uomini e al di sopra di 50 mg/dl per le donne.
8. Mantenere i valori di colesterolo LDL ("colesterolo cattivo") al di sotto di 130 mg/dl (o al di sotto dei 100 mg/dl se il soggetto è diabetico o ad alto rischio cardiovascolare).
9. Astenersi assolutamente dal fumo sia attivo che passivo: Il fumo favorisce la comparsa di infarto e ictus (l'infarto si presenta 3 volte di più nei fumatori rispetto ai non fumatori e aumenta con l'aumentare del numero di sigarette fumate).
10. Il rischio cardiovascolare può essere maggiore se in famiglia sono presenti parenti di primo grado con diagnosi di ipertensione, diabete, infarto o ictus prima dei 55-60 anni.

Ed infine...



Si raccomanda di sottoporsi ad una visita specialistica cardiologica ed elettrocardiogramma, almeno una volta all'anno...



## PREVIENI L'ICTUS...

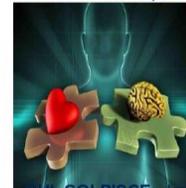
**LA FIBRILLAZIONE ATRIALE E' UNA DELLE CAUSE PIU' FREQUENTI DI ICTUS**

**Vieni ad esaminare GRATUITAMENTE il tuo ritmo cardiaco**



**La fibrillazione atriale** La fibrillazione atriale (FA) è la forma più comune di aritmia ed è un problema legato alla frequenza del ritmo cardiaco. Durante un'aritmia il cuore può battere troppo velocemente, troppo lentamente o in maniera irregolare. La FA avviene se i segnali elettrici rapidi e caotici provocano la fibrillazione delle due camere superiori del cuore, gli atri. Nella FA, il cuore non si contrae con la forza con la quale dovrebbe. Questo può provocare un ristagno di sangue nel cuore con conseguente formazione di coaguli. Quando questi coaguli di sangue si spostano possono avanzare fino al cervello, dove rischiano di rimanere intrappolati in un'arteria cerebrale ristretta, bloccando così la circolazione e provocando un **ICTUS**. Come conseguenza tardiva di una frequenza cardiaca permanentemente anomala, può anche svilupparsi un'insufficienza cardiaca.

**PALPITAZIONI, DEBOLEZZA, AFFANNO, BATTITO IRREGOLARE**



**FIBRILLAZIONE ATRIALE**

**ICTUS**

**CHI COLPISCE:** La Fibrillazione atriale colpisce mediamente il 2% degli adulti. Cresce con l'età: 1 persona su 4, oltre i 40 anni è a rischio. Le probabilità aumentano in presenza di:

- Età superiore a 65 anni
- Malattie di cuore
- Diabete
- Ipertensione
- Obesità
- Disfunzione tiroidea
- Broncopatia cronica



- Forti russatori con apnee notturne
- Abuso di bevande alcoliche, uso di sostanze stupefacenti

**L'ESAME DEL SUO RITMO CARDIACO:**

- o NON HA EVIDENZIATO ARITMIE (Si consiglia comunque almeno una visita cardiologica ECG ogni anno salvo diversa prescrizione medica.
- o HA EVIDENZIATO ARITMIA NON COMPLESSA (Si consiglia di programmare visita cardiologica con ECG)
- o HA EVIDENZIATO UNA ARITMIA COMPLESSA (Si consiglia di programmare **a breve**, visita cardiologica con ECG)

La semplice registrazione del ritmo cardiaco in tempo reale non esprime giudizio clinico e non fornisce la valutazione delle condizioni cardiologiche del soggetto.

**NOTE:**

Il Medico esaminatore \_\_\_\_\_

## Progetti futuri

## Save the Date

28-29 ottobre 2023

in collaborazione **ADR** + **Rotary Club** + **Aisc**

# OPEN DAY

	<h1>OPEN DAY</h1> <p><b>28 e 29 Ottobre 2023</b> 9:00-13:00 14:00-17:00</p>	<p><b>Rotary</b> Club Fiumicino Portus Augusti Distretto 2080</p> 
<h2>CI STAI A CUORE!</h2>		
<p>La Fibrillazione Atriale è una delle cause più frequenti di ICTUS. L'obiettivo del Progetto è di effettuare screening cardiologici di un'ampia fascia di popolazione del Comune di Fiumicino e Rotariana a rischio di sviluppo di queste patologie, in una età compresa tra i 50 e i 70 anni.</p> <p>Colpisce mediamente il 2% degli adulti. Una persona su 3 oltre i 50 anni è a rischio. Le probabilità aumentano in presenza di altre patologie.</p>		
<p>Screening si effettueranno presso:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Poliambulatori ASL di             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fiumicino Coni Zugna</li> <li>• Palidoro – Casa della Salute</li> <li>• Fregene</li> </ul> </li> <li>• Aeroporto di Fiumicino – Centro Medicina del Lavoro</li> </ul>	<p>Prenotazione Obbligatoria Chiamando giorni feriali dalle 9:30 alle 13:00 al <b>333.33333333</b></p>	
 <p>CITTÀ DI FIUMICINO</p>  <p>REGIONE LAZIO</p>		 <p>ASL ROMA 3</p> 

