



Martedì 29 Settembre 2015 alle 11:47 Ultimo aggiornamento: 11:47

Cardioncologia, esperti a congresso a Napoli

Domani, fino al 3 ottobre

presso il centro congressi di via Partenope dell'Università Federico II esperti a confronto sul cardioncologia, organizzato dalprofessore Nicola Maurea.

Non è più un nemico contro cui tutte le armi sono spuntate: oggi, tanti sopravvivono a un tumore, il 67% degli adulti è vivo a 5 anni e il 75% dei bambini è vivo oggi a 10 anni. Si stima che i sopravvissuti al cancro negli Stati Uniti siano 14.500.000 e questo numero arriverà a 18 milioni nel 2022. I pazienti sopravvissuti al cancro in Italia sono circa 3 milioni, più di 300.000 nella sola regione Campania. La chemioterapia, le terapie biologiche e la radioterapia possono provocare complicanze a breve e a lungo termine. In un recente studio condotto sulle cause di decesso in 1807 sopravvissuti al cancro, in un follow-up di 7 anni, si è evidenziato che il 33% moriva per disturbi cardiaci e il 51% di cancro: purtroppo questo è un prezzo da pagare sicuramente alto. A causa delle terapie anticancro, le chemioterapie tradizionali e le nuove terapie biologiche, una notevole percentuale di pazienti sviluppa una serie di effetti collaterali cardiovascolari: scompenso cardiaco, infarto miocardico, tromboembolismo, aritmie, prolungamento del tratto QT, ipertensione; tali complicanze cardiache, provocate dalle cure farmacologiche o radioterapiche, possono anche causare la morte. Tutto ciò si può evitare se al momento della diagnosi e prima della scelta della terapia oncologica si consulta un cardioncologo, per individuare e trattare eventuali fattori di rischio cardiovascolari come ipertensione, colesterolo alto, diabete, ed intervenire precocemente su patologie cardiache non diagnosticate come la disfunzione ventricolare sinistra e la cardiopatia ischemica che incrementano notevolmente la probabilità di eventi avversi cardiaci. Regole che rientrano nel decalogo per la prevenzione cardioncologica presentato in occasione dell' International Workshop on Cardioncology, che si terrà a Napoli il 2 e 3 ottobre che sarà preceduto da un Simposio Satellite il giorno 1 ottobre all'Istituto Pascale: tra queste, sicuramente, cambiare lo stile di vita aumenta la probabilità che le cure sconfiggano il tumore e non incidano pesantemente sulla qualità di vita e lo stato di salute complessivo. Per alcuni tumori, fare più esercizio fisico, ad esempio, fa bene quasi quanto una chemioterapia per prevenire le ricadute, mentre cambiare alimentazione migliora l'efficacia dei farmaci e può ridurre gli eventi avversi.

“Il problema degli effetti collaterali cardiaci della terapia antitumorale – spiega il prof. Nicola Maurea, Direttore della Struttura Complessa di Cardiologia alla Fondazione Pascale di Napoli e co-presidente del congresso – sta diventando sempre più consistente anche perché, a causa

dell'invecchiamento della popolazione, un numero sempre maggiore di pazienti arriva alla diagnosi di tumore con fattori di rischio cardiovascolari (ipercolesterolemia, dislipidemia, diabete, ipertensione arteriosa) o cardiopatie silenti. Purtroppo spesso, mentre si è tutti concentrati a eliminare il cancro, questi problemi non sono riconosciuti o non vengono adeguatamente trattati – aggiunge il prof. Maurea –: un errore di prospettiva, purtroppo, perché la presenza di fattori di rischio cardiovascolari non trattati aumenta il rischio di eventi avversi cardiaci a seguito della chemioterapia o della terapia con farmaci biologici”.

Il prof. Nicola Maurea aggiunge che le tecniche ecocardiografiche attualmente diffuse nella maggior parte degli ospedali e sul territorio non sono sufficienti a diagnosticare precocemente l'insufficienza cardiaca in questi pazienti. Le nuove linee guida ci indicano che è obbligatorio utilizzare le nuove metodiche di studio della funzione cardiaca: lo strain longitudinale globale e l'ecocardiografia tridimensionale. Tutto questo sarà ampiamente esposto durante entrambi i Convegni in sessioni dedicate. Diventa, a questo punto, un problema politico perché è necessario adeguare tecnologicamente ed implementare le strumentazioni, specialmente ecocardiografiche, a disposizione degli ospedali oncologici e di tutte le strutture cardiologiche che gestiscono pazienti oncologici. Inoltre, è necessario organizzare l'assistenza, garantendo posti letto negli ospedali oncologici dedicati alle patologie cardiovascolari e gestiti, quindi, direttamente dai cardiologi.

“La cardiotossicità di questi composti è variegata - interviene il prof. Michelino De Laurentiis, Direttore della Divisione di Oncologia Medica Senologica dell'Istituto Pascale di Napoli e co-presidente del congresso –. È perciò indispensabile prevenire, intercettare e se necessario trattare le complicanze cardiovascolari in pazienti sottoposti a cure oncologiche e in tutti coloro che sopravvivono al tumore: il modo più semplice per farlo è sottoporsi a una consulenza cardiologica clinica e strumentale al momento della diagnosi di tumore e comunque prima di intraprendere la terapia, così da poterla scegliere e adattare in base alla condizione cardiovascolare del singolo caso. Solo così il trattamento avrà la massima efficacia anticancro unita a un minimo impatto cardiaco”.

Questa “regola” entra a buon diritto nel decalogo della prevenzione cardioncologica ideale, presentato al convegno: dieci semplici raccomandazioni che incrementano le possibilità di successo della cura e al tempo stesso sono “salvasalute” perché consentono di ridurre le recidive e gli effetti avversi delle terapie, permettendo ai tanti che sconfiggono il tumore di rimanere sani e forti.

“Sappiamo ad esempio – continua il prof. De Laurentiis – che una corretta alimentazione è fondamentale per contrastare gli effetti cardiotossici di chemioterapia e cure biologiche. L'alimentazione migliora la prognosi e le regole per una dieta antitumorale sono poche: bisogna limitare o abolire carne rossa, zuccheri e dolci, ma senza restrizioni particolari su tutte le altre classi di alimenti. I tanto demonizzati latticini, ad esempio, non devono essere eliminati del tutto né è necessario diventare vegani: non esiste nessuna prova scientifica chiara di eventuali vantaggi, in più si tratta di un regime alimentare difficile da seguire con costanza e anche complicato da gestire perché sia equilibrato in termini di nutrienti necessari”.

“Non solo - aggiunge il prof. Maurea: – è anche essenziale pensare a un programma di esercizio fisico adeguato: il movimento è obbligatorio perché riduce gli effetti collaterali delle terapie anticancro, diminuisce il rischio di malattie cardiovascolari, medio-alto in tutti i pazienti con tumore, e abbassa la probabilità di recidive tumorali”.

“Nel caso delle donne con carcinoma mammario, ad esempio – conclude il prof. De Laurentiis - - l'attività fisica è talmente efficace da poter essere considerata una vera e propria cura, al pari di chemio e ormonoterapia”.

Il decalogo cardioncologico

Controlla il peso corporeo evitando che incrementi sotto l'effetto delle terapie o riducendolo in caso di sovrappeso/obesità: rimanere del proprio peso forma è fondamentale per abbassare il rischio di malattie cardiovascolari e ridurre il rischio di recidiva.

Adotta uno stile di vita attivo abituandoti ad usare il tuo corpo ogni volta che è possibile, spostandosi ad esempio a piedi o in bicicletta ed evitando, quando possibile, ascensori e scale mobili.

Pratica attività fisica/sportiva con regolarità 2-3 volte a settimana: è una “cura” che contrasta gli effetti collaterali delle terapie e riduce nettamente sia il rischio cardiovascolare sia il rischio di recidiva del tumore.

Riduci o abolisci il fumo di sigarette

Riduci o abolisci il consumo di alcool

Controlla colesterolo, trigliceridi e glicemia i valori possono alterarsi in corso di terapie oncologiche; per ridurli si a dieta, attività fisica ed eventuali farmaci ipolipemizzanti e antidiabetici.

Controlla la pressione sanguigna e, in caso di ipertensione, adotta una terapia farmacologica adeguata sotto controllo medico.

Scegli una dieta equilibrata, ricca in vegetali, limitando o abolendo la carne rossa e gli zuccheri e i dolci, ma senza nessun'altra restrizione particolare. Diete estreme, come ad esempio la dieta vegana, sono più difficili da mantenere equilibrate e non esiste nessuna chiara dimostrazione di eventuali vantaggi.

Valuta con il tuo oncologo l'opportunità di assumere calcio e vitamina D per contrastare la tendenza all'osteoporosi indotta dalle terapie praticate.

Rivolgiti ad un cardioncologo per un approccio ottimale al controllo integrato dei rischi oncologici e cardiaci

URL : http://www.ilmattino.it/NAPOLI/CRONACA/cardioncologia_pascale_maurea/notizie/1594158.shtml