

**Le cardiomiopatie** sono patologie che **colpiscono il muscolo cardiaco** riducendo l'efficienza del cuore, che fatica a pompare il sangue nel resto del corpo.

### Che cosa sono le cardiomiopatie?

Le cardiomiopatie si dividono in tre tipi: **dilatative**, **ipertrofiche** e **restrittive**. Le più comuni sono le cardiomiopatie dilatative, caratterizzate da **problemi al ventricolo sinistro** che si dilata e non riesce a pompare efficacemente il sangue. Le cardiomiopatie ipertrofiche sono invece associate a una **crescita o a un ispessimento anomalo** del muscolo cardiaco che compromette la funzionalità del cuore. Nelle forme restrittive, infine, il muscolo cardiaco **perde elasticità e si irrigidisce**. Fra le possibili complicazioni di una cardiomiopatia sono inclusi lo **scompenso cardiaco**, la **formazione di trombi**, problemi alle **valvole cardiache**, **morte improvvisa**.

### Quali sono le cause delle cardiomiopatie?

Oltre metà dei casi di cardiomiopatia dilatativa – soprattutto nelle età avanzate – riconosce una causa di tipo **ischemico** (un precedente infarto miocardico o una malattia delle coronarie); nelle fasce di età più giovani è più frequente la forma cosiddetta **idiopatica** (cioè di cui non si conosce la causa); in una minoranza di queste forme si riscontra un aspetto **ereditario**; altre cause sono legate all'**ipertensione**, a **malattie delle valvole cardiache**, a **tachicardie** molto rapide e prolungate, all'**abuso di alcool** e di **droghe** (cocaina, eroina, anfetamine), ad alcuni **farmaci chemioterapici**; forme più rare sono legate all'**infezione da HIV** e ad altre **malattie infettive**. Le forme ipertrofiche hanno per lo più un'**origine genetica**. Le forme restrittive sono poco frequenti; di alcune è responsabile un'infiltrazione del muscolo cardiaco, come nell'**amiloidosi**, nell'**emocromatosi**, nella **sarcoidosi**, altre forme sono definite **idiopatiche** (non se ne conosce la causa).

### Quali sono i sintomi delle cardiomiopatie?

Nelle loro fasi iniziali le cardiopatie possono rimanere asintomatiche, ma con il progredire della malattia possono comparire disturbi legati all'**insufficienza cardiaca**, come **difficoltà respiratorie** (sia sotto sforzo che a riposo), **gonfiore a gambe, caviglie e piedi**, **dilatazioni dell'addome** dovute all'accumulo di fluidi, tosse, affaticamento, **battiti irregolari** o **episodi di palpitazioni**, **vertigini** e **svenimenti**. Questi sintomi generalmente tendono a peggiorare nel tempo indipendentemente dal tipo di cardiomiopatia.

### Come si prevencono le cardiomiopatie?

La migliore prevenzione consiste in un **corretto stile di vita** e nell'**eliminazione dei fattori di rischio**: **condurre una vita sana**, svolgere attività fisica regolare (almeno mezz'ora di

camminata a passo rapido tre volte la settimana), **alimentazione sana** (non eccedere con il sale, tanta frutta, verdura, pesce, pochi grassi animali, cibi sani e semplici, pochi cibi "industriali"), **mantenere un peso corretto** (l'eccesso di peso affatica il cuore), **evitare tabacco e sostanze nocive** come cocaina, anfetamina, anabolizzanti, droghe, evitare l'eccesso di alcol; curare scrupolosamente le condizioni che costituiscono un "fattore di rischio" per il cuore, come [ipertensione arteriosa](#), [diabete mellito](#), elevati livelli di [colesterolo](#) nel sangue.

La diagnosi di cardiomiopatia si basa su un'accurata visita medica in cui il medico indagherà anche sulla presenza di eventuali problemi cardiologici in famiglia.

Al termine della visita il medico potrebbe prescrivere:

- una [radiografia del torace](#)
- un **elettrocardiogramma**
- un [ecocardiogramma](#)
- un **test da sforzo**
- una [scintigrafia miocardica](#)
- una [risonanza magnetica cardiaca](#)
- [esami del sangue](#)

In base ai risultati di questi esami si potrebbe rendere necessaria l'esecuzione di ulteriori esami di secondo livello, quali **coronarografia**, **studio emodinamico**, **biopsia miocardica**.

**Il trattamento più adatto dipende dal tipo di cardiomiopatia e dal tipo di disturbo presente.** Gli obiettivi sono però sempre ridurre i sintomi, prevenire il peggioramento della situazione e ridurre il rischio di complicazioni.

In caso di **cardiomiopatia dilatativa** potrebbe essere necessario assumere farmaci (come ACE-inibitori, antagonisti del recettore dell'angiotensina, beta-bloccanti, diuretici e digossina), sottoporsi a interventi chirurgici per l'impianto di particolari pacemaker o defibrillatori, o un trattamento combinato farmaci-intervento.

In caso di **cardiomiopatia ipertrofica** potrebbero essere prescritti beta-bloccanti, calcio-antagonisti o particolari antiaritmici. Se il trattamento farmacologico non dovesse essere sufficiente potrebbe essere necessario un intervento chirurgico correttivo o l'impianto di un pacemaker o di un defibrillatore.

Il trattamento delle **cardiomiopatie restrittive** è mirato essenzialmente al miglioramento dei sintomi. Il medico può consigliare di limitare il consumo di sale e di tenere quotidianamente sotto controllo il peso. Potrebbero essere prescritti diuretici o farmaci per ridurre la pressione e tenere sotto controllo il battito cardiaco. Nel caso in cui fosse possibile identificare la causa della cardiomiopatia saranno prescritti anche trattamenti specifici contro la problematica sottostante.

Nei casi più gravi in cui la malattia progredisce nonostante i trattamenti potrebbe essere necessario un **trapianto** o l'**impianto di un dispositivo di assistenza ventricolare (VAD)**.