ALTERAZIONE GLICEMICA E RISCHIO CARDIOVASCOLARE: QUANTO PUO' INCIDERE LO STILE DI VITA?

Passerai S, Sansoni C., Cavicchioli P., Bavera M., Favetto S, Venturini E
U.O.S. Riabilitazione Cardiologica, Ospedale Civile di Cecina (LI).

Introduzione: Il rischio di contrarre malattie cardiovascolari (MCV) nel paziente diabetico si manifesta con una probabilità da 2 a 4 volte superiore rispetto al resto della popolazione. Elevati livelli di glicemia infatti, unita alla presenza di altri fattori di rischio quali obesità, ipertensione, dislipidemia, sono alla base del danno endoteliale e dell'aterosclerosi precoce che interessa le coronarie. In aggiunta il diabete si associa ad un maggiore rischio di trombosi ed arteriopatia obliterata agli arti inferiori spesso associata ad ulcere del piede, gangrene e rischio di amputazioni. Sul versante cerebrovascolare lo scenario non cambia: aumentato rischio di ictus e decadimento cognitivo. La medicina può avvalersi di terapie farmacologiche testate in termini di sicurezza ed efficacia ma rimane indubbia l'importanza di uno stile di vita sano.

Materiali e metodi: Lo studio si avvallerà' di due gruppi di 25 pazienti diabetici (Hb% 6.1-7.5), della stessa fascia di età, in terapia orale. Verranno tutti monitorati in termini di esami ematici, peso, questionario su qualità della vita QoL Index e questionario sulle frequenze alimentari (FFQ). Un gruppo sarà seguito in termini di dieta personalizzata e attività fisica (consigliata dal fisioterapista), con controlli a cadenza quadrimestrale con dietista e psicologa. Al termine dell'usuale protocollo riabilitativo ambulatoriale il secondo gruppo si avvallerà' solo della terapia farmacologica. Lo studio avrà durata di 12 mesi e dopo tale periodo i due gruppi saranno messi a confronto.

Obiettivi: Lo studio si pone come obiettivo quello di valutare come l'importanza di un protocollo caratterizzato da dieta e attività fisica personalizzata, con verifiche periodiche dell'aderenza, possa incidere positivamente sul controllo glicemico, sul profilo di rischio del paziente e sull'eventuale rimodulazione della terapia farmacologica.

Conclusioni: Lo studio mira a promuovere l'importanza di un corretto stile di vita, indispensabile per migliorare la aderenza alla terapia comportamentale e farmacologica e la QoL, riducendo l'impatto negativo delle "malattie del benessere" sull'outcome ed ottimizzando le risorse relative alla spesa sanitaria nazionale.

Tabella 1

Paziente (n:50)	HbA1 Iniziale	HbA1 Finale	Peso Iniziale	Peso Finale	Circ. vita iniziale	Circ. vita Finale	PA Iniziale	PA Finale	HDL Iniziale	HDL Finale	LDL iniziale	LDL Finale	TG iniziali	TG Finali	QoL Iniziale	QoL Finale	FFQ Iniziale	FFQ Finale