

**Direttore**

Patrizio Sarto

Equipe medici

Barra Barbara
Giorgiano Flaviano
Meneguzzo Giulia
Merlo Laura
Patelli Alessandra
Pegoraro Cinzia
Pizzolato Matteo
Vessella Teresina

Coordinatore infermieristico

Sandra Mazzon

Contatti

0422 323878

segmedsporttv@aulss2.veneto.it

La Madonnina
via Castellana, 2
Treviso

Azienda ULSS2
Marca trevigiana
via S. Ambrogio di Fiera, 37
31100 Treviso

CF 03084880263
protocollo.aulss2@pecveneto.it

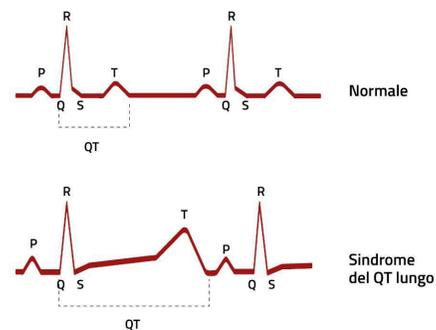
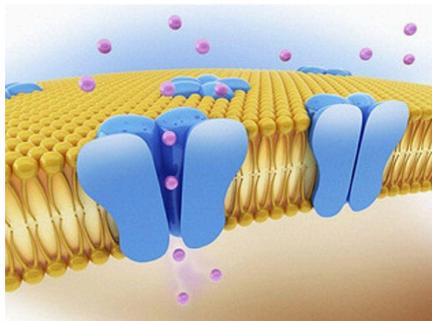


Sindrome del QT lungo

La **Sindrome del QT lungo** è una patologia **genetica** che comporta una mutazione a carico dei canali ionici (nella maggior parte dei casi riguarda i canali del potassio) presenti sulle membrane cellulari, determinando un prolungamento di un intervallo specifico dell'elettrocardiogramma (ECG).

Si manifesta con un intervallo QT prolungato sull'ECG ed è una delle patologie cardiache associate a rischio di eventi maggiori e morte improvvisa.

Essendo una patologia "elettrica" non comporta alterazioni strutturali e di funzione del cuore.



Essendo una patologia genetica è raccomandato lo screening di tutti i parenti di I grado

RACCOMANDAZIONI

- Mantenere normali valori di **POTASSIO** nel sangue (valori ottimali >4 mEq/L) - preferendo nell'**alimentazione** cibi ricchi di potassio (banane, kiwi,



pomodori, avocado, albicocche, melone, legumi, verdura, frutta secca)

- integrando con **Polase** in caso di **sudorazione, diarrea e vomito** (2 bustine al giorno dopo i pasti principali)

- se **gastroenterite** di più giorni, con più episodi di vomito/diarrea, si consiglia di consultare il medico per un'eventuale controllo del potassio mediante prelievo ematico (per decidere la giusta integrazione) e sospendere lo sport;

- Prima di assumere qualsiasi farmaco consultare il medico che controllerà se il farmaco è presente nella lista di quelli da evitare presente sul sito **azcert.org**
- **Ripetere gli esami del sangue** (misurazione degli elettroliti) una volta l'anno
- Non allenarsi in caso di **sintomi cardiovascolari** (svenimento, sensazione di svenire, palpitazioni, dolore toracico, mancanza di respiro) e contattare un medico;
- Mantenere **un'adeguata idratazione** (almeno 2-2,5 litri di acqua al giorno e si ricorda di pesarsi sempre prima e dopo l'allenamento e ad ogni kg perso integrare con 1 litro di acqua);
- Evitare sauna e bagno turco
- Evitare **sostanze stimolanti e/o eccitanti** (sostanze stupefacenti, bevande ricche di caffeina e taurina es: Redbull).
- Assumere **sempre** la terapia **farmacologica** quando indicato. **In caso di dimenticanza NON allenarsi**
- Assumere sempre la terapia allo **stesso orario** e se in doppia somministrazione ricordarsi di assumerla ogni 12 ore;
- **NON allenarsi** in condizioni climatiche estreme (caldo umido o freddo);
- **NON allenarsi** nell'immediato periodo dopo i pasti principali;
- **NON allenarsi** in corso di febbre o altri stati infiammatori
- **Monitorare** sempre l'esercizio fisico mediante cardiofrequenzimetro (orologio + fascia).
- Evitare la **Manovra di Valsalva** durante gli esercizi di forza (espirare nella fase concentrica del movimento)
- Nel caso di **paziente donna** in terapia betabloccante confrontarsi con



ginecologo e cardiologo di riferimento nel momento in cui si vuole
programmare una **gravidanza**

NOTE
