



Milano, 24 novembre 2022 - Nel mondo, le cardiopatie sono la prima causa di morte e ciò rende la prevenzione particolarmente importante. Come si dice, prevenire è meglio che curare e al Cardiocenter dell'Ospedale Niguarda di Milano - sostenuto dalla fondazione De Gasperis, che ha oltre 50 anni - si fanno entrambe le cose.

Fattori di rischio cardiovascolare, come l'ipertensione arteriosa, il diabete mellito di tipo 2 e la dislipidemia possono essere prevenuti con una dieta appropriata e l'esercizio fisico, ma qualora gli interventi non farmacologici non siano più sufficienti, si ricorre a misure farmacologiche. Controllare questi fattori significa ridurre il rischio di aterosclerosi patologia della arterie alla base dell'insorgenza di infarto miocardico, ictus ed arteriopatia degli arti inferiori.

Oggi in Italia sono 120.000 le persone che hanno un infarto miocardico acuto di cui 25.000 muoiono prima di raggiungere l'ospedale. Il Niguarda Cardiocenter De Gasperis è un'eccellenza in questo campo: da molti anni primo nei trapianti di cuore, si prepara a impiantare il primo cuore artificiale biventricolare. La fondazione De Gasperis sostiene il Niguarda Cardiocenter attraverso donazioni private. I fondi raccolti sono utilizzati per promuovere la ricerca sulle cardiopatie e la prevenzione del rischio cardiovascolare.

### **Lo sai che ci sono tre tipi di prevenzione?**

Prevenire è meglio che curare: particolarmente vero, soprattutto quando c'è di mezzo la vita. Come nel

caso del cuore. Esistono tre tipi di prevenzione: primaria, secondaria e terziaria. Sul piano cardiologico, la prevenzione primaria riguarda l'individuo sano nel quale si cerca di evitare l'insorgenza delle malattie, agendo sui fattori di rischio.

La prevenzione secondaria consiste invece nella diagnosi precoce ed in una cura veloce ed efficace (es. l'infarto miocardico acuto e l'ictus cerebrale presentano entrambi come meccanismo patologico l'ischemia ovvero la riduzione dell'afflusso di sangue all'organo e se questa condizione non viene trattata precocemente - con l'angioplastica coronarica nell'infarto miocardico e con la trombolisi farmacologica nell'ictus ischemico cerebrale - conduce in breve tempo alla morte cellulare).

Una delle azioni più importanti a questo livello consiste nell'istruire la popolazione su quali siano i sintomi e i segni che le patologie determinano, in modo che il paziente non ritardi ad attivare il servizio di emergenza-urgenza oppure a presentarsi direttamente in Pronto Soccorso e che l'intervento medico sia precoce evitando le conseguenze irreparabili dell'ischemia. Sempre parte della prevenzione secondaria è anche l'evitare la recidiva della stessa patologia cosa che viene ottenuta con misure farmacologiche intensive atte a modificare i precedentemente citati fattori di rischio cardiovascolare.

La prevenzione terziaria consiste invece nelle azioni applicate per prevenire le complicanze e gli esiti invalidanti una volta che la patologia si è instaurata e nel determinare il più possibile una buona qualità di vita al paziente (Es. la riabilitazione cardiologica o neurologica e trattamenti farmacologici). È evidente che solo una parte dell'azione preventiva è svolta dai medici e che l'informazione della popolazione su questi problemi ha una grande importanza.