



Roma, 29 marzo 2018 - Definita “killer silenzioso” che colpisce, nel nostro Paese, il 33% degli uomini e il 31% delle donne, la metà dei quali non ne è a conoscenza, l’ipertensione è la prima causa di mortalità al mondo. Nella popolazione italiana l’ipertensione arteriosa è molto frequente, soprattutto nelle persone anziane: sopra i 65 anni d’età, infatti, circa due terzi dei soggetti hanno valori eccessivamente alti.

Secondo le Linee Guida dell’European Society of Cardiologists (ESC) e dell’European Association for the Study of Diabetes (EASD), l’ipertensione arteriosa e il diabete mellito costituiscono fattori per il rischio di malattie cerebro e cardiovascolari. L’ictus cerebrale rappresenta una delle principali complicanze di questa patologia, caratterizzata da un aumento stabile della pressione del sangue nelle arterie.

“Il ruolo dell’ipertensione come fattore di rischio per l’ictus è noto da quasi un secolo - dichiara il prof. Carlo Gandolfo, Ordinario di Neurologia all’Università di Genova, componente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Onlus (Associazione per la Lotta all’Ictus Cerebrale) - Le prime segnalazioni risalgono infatti agli anni ’20 del secolo scorso; è però dai primi anni ’90 che è risultato evidente, da numerosi studi clinici controllati, che ridurre la pressione arteriosa con i farmaci riduce drasticamente la probabilità di andare incontro alla malattia; una riduzione anche modesta dei valori di pressione, sia sistolica che diastolica, consente di abbassare il rischio di malattia anche del 40-50%”.

“La scelta del trattamento - continua il Prof Gandolfo - è specifico compito del medico. Abitualmente il medico di medicina generale, che ben conosce il paziente, è in grado di cogliere la presenza di valori elevati di pressione arteriosa e di trattarla adeguatamente, se necessario”.

Un adeguato livello di pressione arteriosa è necessario perché il sangue riesca a scorrere nel nostro sistema circolatorio, assicurando così il nutrimento necessario per i tessuti dell’organismo. Il cuore batte in modo regolare e in questo modo fa circolare il sangue all’interno delle arterie.

La pressione arteriosa più alta, definita “sistolica” o “massima” si verifica quando il cuore si contrae e il sangue passa nelle arterie, la pressione arteriosa più bassa, definita invece “diastolica” o “minima” è quella che si registra, all’interno delle arterie, tra un battito e l’altro del cuore.

Quando i valori della pressione sistolica e/o di quella diastolica superano i 140 (per la massima) o i 90 (per la minima), si parla di ipertensione.

È fondamentale controllare con regolarità la pressione arteriosa, soprattutto perché, adeguatamente trattata, non costituisce più un pericolo per la nostra salute. È molto importante consultare sempre il proprio medico, che individuerà la terapia farmacologica più sicura e più adatta al singolo paziente.

Per una corretta misurazione della pressione è bene tenere presente le seguenti raccomandazioni:

- Il paziente dovrebbe essere rilassato, seduto comodamente, in ambiente tranquillo
- Non si dovrebbero assumere bevande contenenti caffeina nell’ora precedente né aver fumato da almeno un quarto d’ora
- Il braccio deve essere appoggiato ed il bracciale deve essere all’altezza del cuore. Non importa quale braccio venga usato per la misurazione, ma bisogna ricordare che esistono a volte differenze sensibili nei valori misurati nelle due braccia
- Le dimensioni del bracciale di gomma devono essere adattate alla dimensione del braccio del paziente.

L’automisurazione della pressione arteriosa costituisce la procedura di maggior importanza nell’individuazione precoce di una possibile ipertensione. Viene quindi raccomandata la misurazione domiciliare della pressione almeno una volta al mese dopo i 40 anni.

In occasione di Aprile mese della prevenzione, A.L.I.Ce. Italia Onlus realizza, in numerose città italiane, iniziative di sensibilizzazione e di informazione sui principali fattori di rischio ictus e sull’importanza del riconoscimento tempestivo dei sintomi.

“I cittadini devono avere una maggiore conoscenza e consapevolezza dei fattori che da soli o, ancora di più, in combinazione tra di loro aumentano il rischio di avere un ictus: 8 ictus su 10, infatti, possono essere evitati seguendo stili di vita adeguati, attraverso un’attività fisica moderata ed una sana alimentazione - dichiara Nicoletta Reale, Presidente di A.L.I.Ce. Italia Onlus - Il controllo della pressione arteriosa risulta fondamentale, fino dai 40 anni, ancora più importante nei diabetici, così come il riconoscimento della aritmia cardiaca definita fibrillazione atriale e l’astensione dal fumo”.

L’ictus cerebrale è una patologia grave e disabilitante che, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie. Quasi 200.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 940.000, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione, sia perché tra i giovani è in aumento l’abuso di alcool e droghe.