

« [Uomini e chirurgia estetica, il ritocco si fa ma non si dice: gli interventi più richiesti](#)  
----- [Carenza medici in Italia: cause ed effetti](#) »

## Ipertensione arteriosa e rischio cardiovascolare

Posted by fidest press agency su mercoledì, 7 dicembre 2022

Quando parliamo di prevenzione dobbiamo sapere che l'ipertensione arteriosa è sicuramente uno dei più importanti fattori di rischio cardiovascolare. La campagna di prevenzione "Abbiamo a cuore l'Italia" punta a sensibilizzare la popolazione. L'ipertensione viene anche chiamata il killer silenzioso perché spesso non si fa individuare, decorrendo del tutto asintomatica anche per molti anni. E' proprio per questo che è importante (specie dai 40 anni in su) farsi misurare la pressione dal proprio medico di medicina generale almeno una volta all'anno ed anche più precocemente qualora coesistesse un altro fattore di rischio cardiovascolare od anche se ci troviamo in quella fase di pre-ipertensione (più correttamente definita ipertensione borderline o valori pressori normali-alti). Valori elevati di pressione arteriosa si definiscono infatti in caso di riscontro di valori di sistolica (comunemente chiamata massima) maggiori di 140 mmHg e/o di diastolica (la minima) maggiori di 90 mmHg. Come è noto basta la presenza di una sola delle due pressioni (la sistolica o la diastolica) maggiori del valore massimo a definire come elevati la presenza di valori pressori. Si parla invece di valori border-line per una sistolica tra i 130 e i 140 ed una diastolica tra gli 85 ed i 90 mmHg. In questo caso non si può parlare di ipertensione arteriosa ma bisogna aumentare i controlli perché il rischio di evolvere verso la vera e propria ipertensione arteriosa è alto. Pressione arteriosa: <140/90 mmHg dal medico, < 135/85 mmHg al domicilio; meglio se si riescono a portare i valori sotto i 130/80 mmHg.