

CITTADINO

Rischio cardiovascolare, ecco perché si parla tanto di prevenzione

REDAZIONE NURSE TIMES - 24/11/2022

  

Al Cardiocenter dell'Ospedale Niguarda di Milano, sostenuto dalla Fondazione De Gasperis, ci si occupa anche di questo aspetto, oltre che della cura.

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 120mila le persone che hanno un **infarto miocardico acuto**, di cui 25mila 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**.

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 e in una cura veloce ed efficace. Per esempio 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 sintomi e 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. 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 (per esempio la riabilitazione cardiologica o neurologica e trattamenti farmacologici). E' 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. La campagna **"Abbiamo a cuore l'Italia"** risponde a questa esigenza.