

Malattie cardiovascolari e importanza della prevenzione (/site/index.php/prevenzione/8781-malattie-cardiovascolari-e-importanza-della-prevenzione)

Chi sopravvive ad un attacco cardiaco diventa un malato cronico e la malattia modifica la qualità della vita. La prevenzione, pertanto, è l'unica possibile soluzione per intervenire tempestivamente sui diversi fattori di rischio modificabili (ipertensione arteriosa, iperlipemia, iperglicemia, fumo, alcool, sedentarietà e alimentazione scorretta).

Su queste variabili intervengono sia la prevenzione primaria sia la prevenzione secondaria. "I fattori di rischio modificabili sono il terreno sul quale possiamo giocare la nostra partita per il cuore, attraverso la prevenzione. E vincerla. Gli studi epidemiologici l'hanno dimostrato da tempo: il rischio cardiovascolare è reversibile e abbassare i livelli dei fattori di rischio riduce gli eventi cardiovascolari e la loro gravità. Uno stile di vita corretto – insieme alla terapia farmacologica quando è necessario – possono fare molto per la salute del cuore e la prevenzione delle conseguenze più gravi"- spiega la dottoressa Cristina Giannattasio, responsabile del Cardiocenter del Dipartimento Cardioracovascolare Ospedale Niguarda, sostenuto dalla Fondazione De Gasperi.

Per ottenere risultati significati, sottolineano al Cardiocenter, la prevenzione deve divenire parte della nostra cultura, del livello sociale, a partire dai giovani, che dovrebbero adottare sin da subito uno stile di vita corretto. La prevenzione nasce dalla consapevolezza, ma se un comportamento favorevole alla salute del cuore viene vissuto come normale sarà più naturale farlo proprio e mantenerlo nel tempo.

Ultima modifica: 25 Maggio 2021

[Stampa](#)