



Prof. Massimo Volpe, Presidente SIPREC: “La prevenzione cardiovascolare rappresenta un pilastro del SSN. Nell’ultimo anno è prevalsa la trascuratezza per i minori controlli e per un peggioramento degli stili di vita legati alle restrizioni”. La pandemia ha determinato una marcata riduzione della prevenzione e della cura delle malattie dell'apparato cardiovascolare. La Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare lancia un’iniziativa nazionale volta a rimettere al centro dell’attenzione la prima causa di decessi e ospedalizzazioni nel nostro Paese. 150mila gli infarti ogni anno, 600mila le diagnosi di scompenso cardiaco



Roma, 15 aprile 2021 - I pazienti con patologie cardiovascolari sono quelli ad aver pagato il dazio più alto al SARS-CoV-2, soprattutto quelli con comorbidità come ipertensione, diabete, obesità, età avanzata. Nonostante la pandemia, persistono gravi emergenze sanitarie su cui è necessario porre attenzione. In particolare, emerge come prioritaria proprio la prevenzione cardiovascolare: un’esigenza primaria che ha spinto la Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare (SIPREC) a promuovere e organizzare per il 13 maggio 2021 la prima Giornata Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare.

Il 13 maggio, una Giornata di consapevolezza

L'iniziativa, incentrata sul tema della prevenzione cardiovascolare a 360°, mira ad accrescere la consapevolezza dell'importanza e dell'incidenza delle malattie cardiovascolari nelle vite dei singoli e nell'intera comunità. Si propone quindi di sensibilizzare tutti gli stakeholders sul ruolo centrale degli interventi di prevenzione basati sia sugli stili di vita che sull'impiego dei farmaci.

Il conseguimento di valide strategie di prevenzione, sia di popolazione che individuali, presuppone il contributo sinergico di tutte le componenti del sistema, a partire dall'integrazione di differenti competenze specialistiche: a questo proposito, la SIPREC rappresenta un'efficace sintesi, in quanto società scientifica trasversale a diverse discipline, visto che ne fanno parte cardiologi, nutrizionisti, diabetologi, medici di medicina generale, geriatri, pediatri, solo per citarne alcune.



Prof. Massimo Volpe

La Giornata proporrà un'informazione dinamica basata sulle tematiche più rilevanti per la prevenzione cardiovascolare: lo stile di vita, con tutte le sue implicazioni a livello di sport e alimentazione; i fattori di rischio; l'aderenza alle terapie; la lotta ai "nemici del cuore" (colesterolo, diabete, fumo, ipertensione, obesità, stress, età); le vaccinazioni; le innovazioni della telemedicina.

Nel corso della giornata ci saranno molteplici attività online, rivolte soprattutto alla parte medica ma anche al grande pubblico, per invitare tutti a una maggiore sensibilizzazione sul tema, con il fine ultimo di migliorare la qualità delle nostre vite, ma anche il funzionamento del SSN. Per informazioni e per partecipare alla giornata basta consultare il sito www.giornataprevenzionecv.it.

L'effetto Covid sulla prevenzione cardiovascolare

Il Covid-19 ha avuto un effetto aggravante sotto diversi aspetti. Anzitutto, i soggetti affetti da patologie cardiovascolari sono tra coloro che hanno sofferto le forme più severe della malattia; parallelamente, un'ampia maggioranza della popolazione ha rinunciato a esami, controlli, monitoraggi, lasciando che talvolta le proprie condizioni degenerassero.

“Il Covid ha effetti diretti sul sistema cardiovascolare - sottolinea il prof. Massimo Volpe, Presidente SIPREC - Le alterazioni dell'endotelio, ossia il rivestimento delle pareti cardiovascolari, sono la causa delle trombosi che caratterizzano il Covid-19. In secondo luogo, sono proprio questi pazienti quelli ad aver pagato il dazio più alto al SARS-CoV-2, soprattutto quelli in età avanzata con comorbidità come ipertensione, diabete, obesità. A questo quadro clinico, si aggiunge il sensibile peggioramento delle attività di prevenzione, che a livello cardiovascolare dovrebbe essere un pilastro del SSN, visto che permette di ridurre sia i decessi che le ospedalizzazioni”.

“Nell'ultimo anno è prevalsa la trascuratezza da parte dei pazienti per il timore di andare dal medico o in ospedale, mentre da parte degli operatori sanitari invece vi è stata una minore capacità di accoglienza per la straordinaria mole di lavoro legata alla gestione del Covid - prosegue Volpe - Come evidenziato in un lavoro pubblicato sullo 'European Heart Journal' a maggio 2020, si evince una riduzione del 50% degli infarti in ospedale rispetto al corrispondente periodo del 2019, motivati solamente dal timore di recarsi nelle strutture. Inoltre, i fattori di rischio sono aumentati per gli stili di vita legati alle restrizioni: i continui lockdown hanno portato a un'alimentazione con un più elevato livello calorico, oltre che a una minore attività fisica. In aggiunta, spesso, sono anche state riprese cattive abitudini come il consumo di alcol o il fumo”.

Prevenzione efficace: adottare un corretto stile di vita e “ascoltare il cuore”

Le malattie cardiache rappresentano la principale causa di morte in Italia, con 240mila decessi ogni anno e 7,5 milioni di persone coinvolte in problemi ad esse connessi. I principali eventi cardiovascolari sono l'infarto, l'ictus e le vasculopatie. Ogni anno in Italia vi sono circa 150mila infarti, mentre oltre 1,5 milioni di ospedalizzazioni sono dovute a scompenso cardiaco.

Proprio di scompenso cardiaco vi sono oltre 600mila diagnosi l'anno, ma il numero cresce fino a 3 milioni considerando le forme latenti; è la prima causa di ospedalizzazione in Italia e, a causa delle continue riacutizzazioni, i pazienti arrivano ad effettuare fino a 6-7 ricoveri all'anno, spesso con degenze di lunga durata. Inoltre, la mortalità è molto alta, interessando a distanza di 4-5 anni circa il 50% dei pazienti.

Affinché sia effettuata un'efficace prevenzione, è necessario partire da un corretto stile di vita, che sia contrassegnato da un'alimentazione sana e tanto movimento, ma non solo. Per evitare eventi cardiovascolari, infatti, bisogna tenere presente diversi fattori di rischio: alti valori di colesterolo e di acido urico, comorbidità con diabete o ipertensione arteriosa, obesità, stress psico-fisico.

“Nel momento in cui inizia a manifestarsi concretamente un rischio, il cuore lancia all'organismo dei segnali, che variano a seconda dell'entità dei problemi, dell'età del soggetto, del genere - spiega il prof. Volpe - Tra gli elementi che possono destare qualche apprensione vi è l'eccessiva fatica che si prova nel fare un esercizio fisico o dopo aver salito un piano di scale; vi sono poi segnali più importanti, come il dolore precordiale dell'angina, che può far presagire un'ischemia o un infarto; si arriva poi a segnali ancor più preoccupanti come le palpitazioni, preludio di un'aritmia. In qualche caso, purtroppo, il cuore non dà nessun segnale, tanto che si verificano infarti senza che venga provato dolore: è il caso della compromissione dell'organo nell'ipertensione o nel diabete, malattie spesso silenti, che in Italia colpiscono circa 20 milioni. Naturalmente l'ideale sarebbe non arrivare a questi segnali, ma intervenire prima con tutte le misure preventive corrette”.