



Roma, 24 luglio 2024 - L'estate 2024 si sta rivelando torrida: le previsioni meteorologiche indicano un aumento significativo delle temperature e le conseguenze possono essere devastanti, non solo per il nostro Pianeta ma anche in termini di salute pubblica. Secondo uno studio recentemente pubblicato condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82.000 pazienti, il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte.

Lo studio ha fatto emergere come le probabilità di ictus salgano immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restino alte per almeno una decina di ore. In particolare, il rischio è risultato maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.



*Prof. Danilo Toni*

“I meccanismi biologici alla base dell’associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti - dichiara il prof. Danilo Toni, Past President ISA-AII, Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all’Ictus Cerebrale) - Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all’aumento del rischio di ictus ischemico”.

Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell’organismo, alzando le probabilità di esserne colpiti, tra questi appunto la disidratazione (conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna), che comporta - come detto - sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l’aumento della sua viscosità.

Tra i fattori di rischio, quando all’età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l’assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l’ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Cosa si può fare, quindi, per prevenire un ictus da colpo di calore? Ecco il decalogo di ISA-AII (Associazione Italiana Ictus) e A.L.I.Ce. Italia Odv, Associazione per la lotta all’ictus cerebrale:

1. Non uscire nelle ore più calde.
2. Bere molta acqua.
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta.
4. Arieggiare l’ambiente e regolare l’aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna.
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare.
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali.
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici.
8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole.
9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l’assunzione di farmaci.
10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L’ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti

ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave.

Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.