



ID 76826655 © Rawpixelimages | Dreamstime.com

LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI

Fatti salienti

- ☐ Le malattie cardiovascolari sono la prima causa di morte a livello globale: ogni anno muoiono più persone a causa delle malattie cardiovascolari che per qualsiasi altra causa. Si stima che nel 2016 siano morte 17,9 milioni di persone a causa delle malattie cardiovascolari, pari al 31% di tutti i decessi globali. Di questi decessi, l'85% è dovuto a infarto e ictus. Oltre tre quarti dei decessi per malattie cardiovascolari si verificano nei Paesi a basso e medio reddito.
- ☐ Dei 17 milioni di decessi prematuri (sotto i 70 anni) dovuti a malattie non trasmissibili nel 2015, l'82% è dovuto a malattie non trasmissibili nei Paesi a basso e medio reddito e il 37% è causato da CVD.
- ☐ La maggior parte delle malattie cardiovascolari può essere prevenuta affrontando i fattori di rischio comportamentali come l'uso del tabacco, l'alimentazione malsana e l'obesità, l'inattività fisica e l'uso dannoso dell'alcol con strategie a livello di popolazione.
- ☐ Le persone con malattie cardiovascolari o che sono ad alto rischio cardiovascolare (a causa della presenza di uno o più fattori di rischio come l'ipertensione, il diabete, l'iperlipidemia o malattie già accertate) hanno bisogno di una diagnosi e di una gestione precoci utilizzando, a seconda dei casi, consulenze e farmaci.

COSA SONO LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI?

Le malattie cardiovascolari (c.d. CVD) sono un gruppo di disturbi del cuore e dei vasi sanguigni e comprendono:

- **MALATTIE CORONARICHE - MALATTIE DEI VASI SANGUIGNI CHE ALIMENTANO IL MUSCOLO CARDIACO;**
- **MALATTIE CEREBROVASCOLARI - MALATTIE DEI VASI SANGUIGNI CHE RIFORNISCONO IL CERVELLO;**
- **MALATTIE DELLE ARTERIE PERIFERICHE - MALATTIE DEI VASI SANGUIGNI CHE FORNISCONO LE BRACCIA E LE GAMBE;**
- **MALATTIE REUMATICHE DEL CUORE - DANNI AL MUSCOLO CARDIACO E ALLE VALVOLE CARDIACHE CAUSATI DALLA FEBBRE REUMATICA, CAUSATA DA BATTERI STREPTOCOCCO;**
- **CARDIOPATIA CONGENITA - MALFORMAZIONI DELLA STRUTTURA CARDIACA ESISTENTI ALLA NASCITA;**

- **TROMBOSI VENOSA PROFONDA ED EMBOLIA POLMONARE - COAGULI DI SANGUE NELLE VENE DELLE GAMBE, CHE POSSONO STACCARSI E SPOSTARSI VERSO IL CUORE E I POLMONI.**

Gli attacchi di cuore e gli ictus sono di solito eventi acuti e sono principalmente causati da un blocco che impedisce al sangue di fluire al cuore o al cervello. La ragione più comune di questo è un accumulo di depositi di grasso sulle pareti interne dei vasi sanguigni che alimentano il cuore o il cervello. Gli ictus possono anche essere causati da un'emorragia da un vaso sanguigno nel cervello o da coaguli di sangue. La causa degli attacchi di cuore e degli ictus è di solito la presenza di una combinazione di fattori di rischio, come l'uso di tabacco, l'alimentazione malsana e l'obesità, l'inattività fisica e l'uso dannoso di alcol, l'ipertensione, il diabete e l'iperlipidemia.

QUALI SONO I FATTORI DI RISCHIO PER LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI?

I più importanti fattori di rischio comportamentali delle malattie cardiache e dell'ictus sono l'alimentazione non sana, l'inattività fisica, l'uso di tabacco e l'uso dannoso dell'alcol. Gli effetti dei fattori di rischio comportamentali possono manifestarsi in individui come l'aumento della pressione sanguigna, l'aumento della glicemia, l'aumento dei lipidi nel sangue, il sovrappeso e l'obesità. Questi "fattori di rischio intermedi" possono essere misurati nelle strutture di assistenza primaria e indicano un aumento del rischio di sviluppare un attacco di cuore, ictus, scompenso cardiaco e altre complicazioni.

La cessazione dell'uso del tabacco, la riduzione del sale nella dieta, il consumo di frutta e verdura, l'attività fisica regolare e l'evitare l'uso dannoso dell'alcol hanno dimostrato di ridurre il rischio di malattie cardiovascolari. Inoltre, il trattamento farmacologico del diabete, dell'ipertensione e dei lipidi nel sangue può essere necessario per ridurre il rischio cardiovascolare e prevenire attacchi di cuore e ictus. Le politiche sanitarie che creano ambienti favorevoli a rendere accessibili e disponibili scelte salutari sono essenziali per motivare le persone ad adottare e sostenere comportamenti sani.

Ci sono anche una serie di fattori determinanti di base delle malattie cardiovascolari o "le cause delle cause". Questi sono il riflesso delle principali forze che guidano il cambiamento sociale, economico e culturale - globalizzazione, urbanizzazione e invecchiamento della popolazione. Altri fattori determinanti delle malattie cardiovascolari sono la povertà, lo stress e i fattori ereditari.

QUALI SONO I SINTOMI COMUNI DELLE MALATTIE CARDIOVASCOLARI?

Sintomi di infarti e ictus

Spesso non ci sono sintomi della malattia di fondo dei vasi sanguigni. Un attacco di cuore o un ictus può essere il primo avvertimento della malattia sottostante. I sintomi di un attacco di cuore includono:

- **DOLORE O DISAGIO AL CENTRO DEL TORACE;**
- **DOLORE O FASTIDIO ALLE BRACCIA, ALLA SPALLA SINISTRA, AI GOMITI, ALLA MASCELLA O ALLA SCHIENA.**

Inoltre, la persona può avere difficoltà a respirare o a respirare a corto di fiato; sentirsi male o vomitare; sentirsi stordita o svenire, rompere il sudore freddo e diventare pallida. Le donne hanno più probabilità di avere difficoltà a respirare, nausea, vomito e dolore alla schiena o alla mascella.

Il sintomo più comune di un ictus è l'improvvisa debolezza del viso, del braccio o della gamba, il più delle volte su un lato del corpo. Altri sintomi includono l'insorgenza improvvisa di:

- **INTORPIDIMENTO DEL VISO, DEL BRACCIO O DELLA GAMBA, SPECIALMENTE SU UN LATO DEL CORPO;**
- **CONFUSIONE, DIFFICOLTÀ A PARLARE O A COMPRENDERE IL DISCORSO;**
- **DIFFICOLTÀ A VEDERE CON UNO O ENTRAMBI GLI OCCHI;**
- **DIFFICOLTÀ A CAMMINARE, VERTIGINI, PERDITA DI EQUILIBRIO O DI COORDINAZIONE;**
- **GRAVE MAL DI TESTA SENZA CAUSA NOTA; E**
- **SVENIMENTO O PERDITA DI COSCIENZA.**

Le persone che soffrono di questi sintomi devono rivolgersi immediatamente a un medico.

Che cos'è la cardiopatia reumatica?

La malattia cardiaca reumatica è causata da danni alle valvole cardiache e al muscolo cardiaco dovuti all'infiammazione e alle cicatrici causate dalla febbre reumatica. La febbre reumatica è causata da una risposta anomala del corpo all'infezione da batteri streptococco, che di solito inizia come mal di gola o tonsillite nei bambini.

La febbre reumatica colpisce soprattutto i bambini nei paesi in via di sviluppo, soprattutto dove la povertà è diffusa. A livello globale, circa il 2% dei decessi per malattie cardiovascolari è correlato a malattie cardiache reumatiche.

Sintomi della cardiopatia reumatica

- **I SINTOMI DELLA MALATTIA CARDIACA REUMATICA INCLUDONO: RESPIRO CORTO, STANCHEZZA, BATTITI CARDIACI IRREGOLARI, DOLORE AL PETTO E SVENIMENTI.**
- **I SINTOMI DELLA FEBBRE REUMATICA INCLUDONO: FEBBRE, DOLORE E GONFIORE DELLE ARTICOLAZIONI, NAUSEA, CRAMPI ALLO STOMACO E VOMITO.**

PERCHÉ LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI SONO UN PROBLEMA DI SVILUPPO NEI PAESI A BASSO E MEDIO REDDITO?

Almeno tre quarti dei decessi per malattie cardiovascolari nel mondo si verificano nei paesi a basso e medio reddito. Le persone nei paesi a basso e medio reddito spesso non hanno il beneficio di programmi integrati di assistenza sanitaria di base per la diagnosi precoce e il trattamento delle persone con fattori di rischio rispetto alle persone nei paesi ad alto reddito. Le persone nei Paesi a basso e medio reddito che soffrono di malattie cardiovascolari e di altre malattie non trasmissibili hanno meno accesso a servizi sanitari efficaci ed equi che rispondono alle loro esigenze. Di conseguenza, molte persone nei Paesi a basso e medio reddito vengono individuate in ritardo nel corso della malattia e muoiono più giovani a causa di malattie cardiovascolari e altre malattie non trasmissibili, spesso negli anni più produttivi.

Le persone più povere nei Paesi a basso e medio reddito sono quelle più colpite. A livello familiare, stanno emergendo prove sufficienti per dimostrare che le malattie cardiovascolari e altre malattie non trasmissibili contribuiscono alla povertà a causa di spese sanitarie catastrofiche e di un'elevata spesa a vuoto.

A livello macroeconomico, le malattie cardiovascolari gravano pesantemente sulle economie dei Paesi a basso e medio reddito.

COME SI PUÒ RIDURRE IL PESO DELLE MALATTIE CARDIOVASCOLARI?

Sono stati identificati dall'OMS per la prevenzione e il controllo delle malattie cardiovascolari "Best buys" o interventi molto efficaci in termini di costi, che possono essere implementati anche in contesti con scarse risorse. Essi comprendono due tipi di interventi: a livello di popolazione e individuale, che si raccomanda di utilizzare in combinazione per ridurre il maggior carico di malattie cardiovascolari.

Tra gli esempi di interventi a livello di popolazione che possono essere implementati per ridurre le malattie cardiovascolari vi sono:

- **POLITICHE GLOBALI DI CONTROLLO DEL TABACCO;**
- **TASSAZIONE PER RIDURRE L'ASSUNZIONE DI ALIMENTI AD ALTO CONTENUTO DI GRASSI, ZUCCHERI E SALE;**
- **COSTRUIRE PERCORSI PEDONALI E CICLABILI PER AUMENTARE L'ATTIVITÀ FISICA;**
- **STRATEGIE PER RIDURRE L'USO DANNOSO DELL'ALCOL;**
- **FORNIRE PASTI SCOLASTICI SANI AI BAMBINI.**

A livello individuale, per la prevenzione dei primi infarti e degli ictus, gli interventi individuali di assistenza sanitaria devono essere mirati a quelli ad alto rischio cardiovascolare totale o a quelli con singoli livelli di fattori di rischio superiori alle soglie tradizionali, come l'ipertensione e l'ipercolesterolemia. Il primo approccio è più efficace in termini di costi rispetto al secondo e ha il potenziale di ridurre sostanzialmente gli eventi cardiovascolari. Questo approccio è fattibile nell'assistenza primaria in ambienti con scarse risorse, anche da parte di operatori sanitari non medici.

Per la prevenzione secondaria delle malattie cardiovascolari in coloro che hanno una malattia accertata, incluso il diabete, è necessario un trattamento con i seguenti farmaci:

- **ASPIRINA**
- **BETA-BLOCCANTI**
- **INIBITORI DELL'ENZIMA DI CONVERSIONE DELL'ANGIOTENSINA**
- **STATINE.**

I benefici di questi interventi sono in gran parte indipendenti, ma se usati insieme alla cessazione del fumo, quasi il 75% degli eventi vascolari ricorrenti possono essere evitati. Attualmente vi sono notevoli lacune nell'attuazione di questi interventi, in particolare a livello di assistenza sanitaria di base.

Inoltre, per trattare le malattie cardiovascolari sono talvolta necessari costosi interventi chirurgici. Essi includono:

- **BYPASS CORONARICO;**
- **ANGIOPLASTICA A PALLONCINO (DOVE UN PICCOLO DISPOSITIVO SIMILE A UN PALLONCINO VIENE INFILATO ATTRAVERSO UN'ARTERIA PER APRIRE IL BLOCCO);**
- **RIPARAZIONE E SOSTITUZIONE DELLE VALVOLE;**
- **TRAPIANTO DI CUORE;**
- **OPERAZIONI AL CUORE ARTIFICIALE.**

Per il trattamento di alcune malattie cardiovascolari sono necessari dispositivi medici. Tali dispositivi includono pacemaker, valvole protesiche e cerotti per la chiusura di fori nel cuore.

RISPOSTA DELL'OMS

Sotto la guida dell'OMS, tutti gli Stati membri (194 paesi) hanno concordato nel 2013 meccanismi globali per ridurre l'onere evitabile delle MNT, tra cui un "Piano d'azione globale per la prevenzione e il controllo delle MNT 2013-2020". Questo piano mira a ridurre il numero di morti premature per MNT del 25% entro il 2025 attraverso nove obiettivi globali volontari. Due degli obiettivi globali si concentrano direttamente sulla prevenzione e il controllo delle MNT.

[Piano d'azione globale per la prevenzione e il controllo delle MNT 2013-2020](#)

Il sesto obiettivo del piano d'azione globale per la MNT prevede una riduzione del 25% della prevalenza globale dell'aumento della pressione sanguigna. L'aumento della pressione sanguigna è il principale fattore di rischio per le malattie cardiovascolari. La prevalenza globale dell'aumento della pressione sanguigna (definita come pressione sistolica e/o diastolica superiore o uguale a 140/90 mmHg) negli adulti di età pari o superiore ai 18 anni era di circa il 24,1% negli uomini e del 20,1% nelle donne nel 2015. Il numero di adulti con pressione sanguigna elevata è aumentato da 594 milioni nel 1975 a 1,13 miliardi nel 2015, con un aumento soprattutto nei paesi a basso e medio reddito.

Per raggiungere questo obiettivo, è essenziale ridurre l'incidenza dell'ipertensione arteriosa attuando politiche a livello di popolazione per ridurre i fattori di rischio comportamentali, tra cui l'uso dannoso dell'alcol, l'inattività fisica, il sovrappeso, l'obesità e l'elevato apporto di sale. È necessario adottare un approccio a rischio totale per la diagnosi precoce e la gestione dell'ipertensione a costi contenuti, al fine di prevenire attacchi cardiaci, ictus e altre complicazioni.

L'ottavo obiettivo del piano d'azione globale per le MNT stabilisce che almeno il 50% delle persone che hanno diritto a ricevere una terapia farmacologica e una consulenza (compreso il controllo della glicemia) per prevenire gli attacchi cardiaci e gli ictus. La prevenzione degli attacchi di cuore e degli ictus attraverso un approccio di rischio cardiovascolare totale è più efficace in termini di costi rispetto alle decisioni di trattamento basate solo su soglie di fattori di rischio individuali e dovrebbe far parte del pacchetto di benefici di base per perseguire una copertura sanitaria universale. Per raggiungere questo obiettivo sarà necessario rafforzare le componenti chiave del sistema sanitario, compreso il finanziamento della sanità per garantire l'accesso alle tecnologie sanitarie di base e ai farmaci essenziali per le MNT.

Nel 2015, i Paesi inizieranno a fissare obiettivi nazionali e a misurare i progressi rispetto ai valori di riferimento del 2010 riportati nel "Global status report on non communicable diseases 2014". L'Assemblea generale delle Nazioni Unite convocherà una terza riunione ad alto livello sulle MNT nel 2018 per fare il punto sui progressi nazionali nel raggiungimento degli obiettivi globali volontari entro il 2025.

Fonte

World Health Organization

[https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))