

DONNE PRENDETEVI A CUORE, NON DIMENTICATE LA MENTE

Un appello del Centro Cardiologico Monzino in occasione del Wear Red Day, giornata mondiale per sensibilizzare le donne sul proprio rischio cardiovascolare

Milano, 1 febbraio 2018 - Il Centro Cardiologico Monzino aderisce al **Wear Red Day**, Giornata Mondiale promossa dall'American Heart Association per sensibilizzare il mondo femminile sul proprio rischio cardiovascolare. Venerdì 2 febbraio le donne sono invitate a indossare simbolicamente qualcosa di rosso, e il Monzino ricorda a tutte: **siete diverse, prendetevi a cuore e non dimenticatevi la mente.**

Le donne sono diverse, anche di fronte alla malattia cardiovascolare. A partire dalla consapevolezza dei propri fattori di rischio, differenti da quelli maschili, fino alla terapia a cui arrivano con ritardo perché sottovalutano i primi segnali di malattia. Lo evidenziano i numeri: il **38% delle donne che ha avuto un infarto** perde la vita entro un anno, rispetto al 25% degli uomini; il 35% delle donne con infarto ne avrà un altro entro un anno, contro il 18% degli uomini. Eppure, come dimostrano anche studi recentissimi, in presenza di terapia appropriata, la cura nella donna può essere efficace tanto quanto nell'uomo. Perché questa disparità nei dati? «Abituate a sopportare il dolore e più propense a prestare attenzione agli altri - mariti, figli, familiari - piuttosto che a loro stesse, le donne troppo spesso non prestano importanza alle prime avvisaglie di un problema cardiovascolare e si presentano dal cardiologo tardi, quando la malattia è già avanzata e quindi più difficile da trattare» - spiega Elena Tremoli, Direttore scientifico del Centro Cardiologico Monzino-. Ma non solo: «Osserviamo che anche dopo un evento cardiovascolare le donne tendono a non dare importanza alle terapie, mettendo più a rischio la propria salute e favorendo il ripresentarsi della malattia».

Un problema che ha origine anche da una mancanza di consapevolezza. **Sette donne su dieci** ritiene l'infarto un problema per lo più maschile, trascurando prevenzione e diagnosi precoce. Ma le malattie cardiovascolari sono la prima causa di mortalità e malattia nelle donne con più di 50 anni. Per questo la donna ha bisogno di un'attenzione più speciale, a partire dalla prevenzione. «Ancora troppe poche sanno, per esempio, che oltre ai **fattori di rischio** comuni a tutta la popolazione (familiarità, fumo, ipercolesterolemia, ipertensione, sovrappeso, diabete, solo per citarne alcuni) la donna ne ha di specifici» - sottolinea Daniela Trabattoni, responsabile di Monzino Women - «Per esempio certe **problematiche ginecologiche**, i trattamenti per il tumore del seno, e alcuni aspetti psicosociali possono aumentare in modo significativo il rischio cardiovascolare». Diversi studi evidenziano che **stress, ansia, depressione** sono un pericolo maggiore per le donne rispetto agli uomini: i vasi periferici femminili in condizioni di stress prolungato, invece di dilatarsi e consentire un maggiore afflusso di sangue al cuore, si restringono ostacolando il flusso sanguigno e ciò si traduce in un maggiore rischio di ischemia e infarto.

Le donne devono essere dunque sensibilizzate e accompagnate in un percorso specifico di prevenzione, diagnosi precoce e cura delle malattie cardiovascolari. «Per questo più di un anno fa abbiamo avviato **Monzino Women**, un centro che offre concretamente questo percorso affiancandolo a un'attività di ricerca scientifica» -dichiara Daniela Trabattoni- «I dati preliminari delle prime cento donne visitate al Monzino Women, tutte **senza sintomi** né precedenti eventi cardiovascolari, confermano un quadro che richiede tutta la nostra attenzione: il **30% presenta fattori di rischio elevato**, soprattutto ipertensione e ipercolesterolemia e abbiamo rivelato una presenza così significativa di ansia, depressione e stress, che abbiamo deciso di indagare ulteriormente i fattori di rischio psicosociale anche attraverso una ricerca ad hoc». «Ma abbiamo bisogno del supporto di tutta la società civile e della comunità medica - conclude Elena Tremoli - perché il

problema è anche culturale: se da un lato nelle pratiche cliniche attuali si dovrebbe prestare più attenzione anche agli aspetti psicosociali, dall'altro anche le donne devono sapere che **mente e cuore** sono più collegati di quanto si possa immaginare e il loro benessere strettamente connesso».

Per informazioni, ufficio stampa:

Donata Francese donata.francese@dfpress.it

Francesca Massimino francesca.massimino@dfpress.it

02 89075019 - 335 6150331 – 339 5822332