

CORRIERE DELLA SERA / CARDIOLOGIA



LA MIA
CARTA
HA I POSTI MIGLIORI
Vai al cinema gratis con Nexi e
le carte Banco Bpm Mastercard

Scopri di più >



BANCO BPM
La banca di Marzio e Lara

Immagi pubblicitarie con finalità promozionale. Per le condizioni, i vantaggi e i servizi visitate il sito www.mastercard.it o il numero verde 800 20 20 20. I servizi e i vantaggi sono disponibili solo per i clienti che hanno aderito al programma. Spese di attivazione e di gestione del conto. Il conto è a disposizione di salvezza del conto. Salvo approvazione.



CARDIOLOGIA



L'infarto per le donne è la prima causa di morte. Ma loro non lo sanno

Le donne sviluppano malattie cardiache con un ritardo di 10 anni rispetto agli uomini, ma quando succede avviene in maniera più grave. Diventano ipertese e diabetiche prima degli uomini e basta fumare un terzo delle sigarette per gli stessi danni

di **Silvia Turin**



(Getty Images)

Una donna su due è a rischio infarto dopo i 50 anni, o quanto meno a rischio di malattie cardiovascolari che, per le signore over 50, rappresentano la prima causa di mortalità (nel 55% dei casi contro il 43% degli uomini secondo una stima dell'Osservatorio Nazionale salute della donna) superando di gran lunga tutte le forme di neoplasie, compreso il cancro al seno. Non solo, dopo i

Questa guida sul trading ha un grande valore!

Ricevi la tua copia gratuita ora



Il trading di CFD mette a rischio il capitale

Vestle

CORRIERE DELLA SERA

ALLA STAZIONE GARIBALDI

Tenta di violentare ragazza in stazione a Milano, lei usa spray e fugge: fermato [Video](#)

di [Redazione Milano online](#)



LA PROPOSTA

Fontana: aboliamo legge Mancino, sul razzismo è arma ideologica

di [Redazione politica](#)

60 anni il 32% dei casi di infarto riguarda una donna e la percentuale cresce con l'aumentare dell'età.

Mortalità (dopo attacco cardiaco) più degli uomini

Il guaio è che le donne non capiscono di essere in pericolo: 7 su 10 pensano che l'attacco cardiaco sia un problema solo maschile. Se si considera poi che l'infarto femminile è spesso atipico, perché i sintomi non sono quelli classici (si veda scheda allegata), si capisce perché dopo un attacco cardiaco il 38% delle donne muore entro un anno contro il 25% degli uomini, o perché un secondo evento colpisce il 35% delle femmine e solo il 18% dei maschi.

Dopo i 50 anni rischio maggiore che per gli uomini

Sono i dati raccolti in quasi due anni di attività dal "Monzino Women", il primo centro italiano dedicato al cuore delle donne del Centro Cardiologico Monzino di Milano: il 30% delle donne visitate senza sintomi e precedenti, ha un rischio elevato soprattutto per pressione e colesterolo alti, ma anche per stress, ansia e depressione. «Le donne hanno impegni gravosi e non delegano, il risultato è una pressione emotiva cronica — dice **Daniela Trabattoni**, responsabile del centro —. La difficoltà nel gestire lo stress porta a un incremento in circolo di noradrenalina, adrenalina, ormone della crescita, corticotropina che hanno effetti sul cuore: salgono pressione e frequenza cardiaca, aumenta l'aggregazione piastrinica (che favorisce la formazione di trombi, ndr). Tutti elementi che aumentano il rischio cardiovascolare: le donne diventano ipertese e diabetiche prima degli uomini, ancor di più se hanno abitudini scorrette. A lei, per esempio, basta fumare un terzo delle sigarette di lui per avere lo stesso impatto su cuore e vasi».

I sei più comuni sintomi dell'infarto nelle donne



Difficoltà a respirare

Infarto: sintomi diversi

Le donne sviluppano malattie cardiache con un ritardo di 10 anni rispetto agli uomini, ma quando succede avviene in maniera più grave che nell'uomo. Con l'arrivo della menopausa il rischio cardiovascolare della donna diventa pari, se non addirittura maggiore a quello degli uomini. Perché succede? Crollano drasticamente gli ormoni estrogeni e viene a mancare la loro attività protettiva sul sistema cardiovascolare. In Italia il 58% delle donne in menopausa sono ipertese, il 51% ha il colesterolo alto, il 67% è sovrappeso o obesa. I sintomi della insufficienza cardiaca nel gentil sesso poi cambiano: respiro corto anche a riposo, sensazione di stretta o dolore al petto mai sentiti prima, vertigini, nausea, vomito, stordimento, sudore freddo e sensazione



L'AGGRESSIONE A MONCALIERI

Il papà del lanciatore di uova contro Daisy: «Mio figlio un cretino»



IL CASO

I voli (semivuoti) sul super aereo di Stato
| Foto | Video
Quasi la metà per Alfano

di Gian Antonio Stella e Cesare Zappari



MILANO

Imprenditore bloccato in Cina da otto mesi: la protesta al Consolato

di Redazione Bergamo online

Questa guida sul trading ha un grande valore!

Ricevi la tua copia gratuita ora

Il trading di CFD mette a rischio il capitale

Vestle

SEGUI CORRIERE SU FACEBOOK

Mi piace 2,5 mln

simile a quando si ha la febbre, spossatezza estrema, dolore al braccio, alla schiena, al collo. Conoscere bene il proprio corpo aiuta a intercettare per tempo un problema.

La medicina è stata costruita a «misura d'uomo»

Tra l'altro, incastrate tra lavoro, figli, famiglia e mille incombenze quotidiane sono sempre attente alla salute del proprio nucleo familiare, ma finiscono per trascurare la propria. Non danno peso ai sintomi, arrivano dal cardiologo quando il problema è più serio e quindi più difficile da trattare; poi, per giunta, seguono meno le terapie. «È fondamentale che le donne acquisiscano coscienza del loro rischio cardiologico individuale — spiega **Elena Tremoli**, direttore scientifico del **Monzino** - . La medicina attuale è stata costruita a “misura d'uomo” nella definizione dei fattori di rischio, negli studi clinici e nella sperimentazione di farmaci, ma trasferire al genere femminile le evidenze e i meccanismi della malattia cardiovascolare propri del genere maschile risulta spesso penalizzante per la salute della donna. Per esempio, la maggior parte dei farmaci usati per la cura delle malattie cardiovascolari sono stati studiati prevalentemente nell'uomo anche per quanto concerne le dosi impiegate».

[IL DOLORE TORACICO: sarà infarto? GUARDA LA WEB APP](#)

La «medicina di genere»

Le donne non sono “uomini in miniatura”, come diceva Marianne Legato, americana, classe 1935, primo medico cardiologo ad accorgersi che il cuore femminile è diverso da quello degli uomini. La sua opera ha ispirato il progetto del “**Monzino Women**”, su modello degli “**Women's Heart Center**” americani. Per anni i medicinali sono stati sperimentati soprattutto sull'uomo. Oggi ci sono 850 farmaci in sviluppo a livello internazionale per le patologie che più colpiscono le donne, soprattutto sistema immunitario, apparato muscolo-scheletrico, neoplasie. Si chiama medicina di genere, ma non è una “questione” di quote rosa. Anche se è scontato che uomini e donne non siano uguali dal punto di vista biologico, di fatto sono state sottovalutate le differenze che ci sono tra loro, per esempio, nei sintomi e nella risposta alle terapie.

Sei regole salva-cuore per le donne



Non fumare

L'aspirina fa bene al cuore, ma solo per gli uomini

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Le donne hanno una probabilità di una volta e mezzo in più rispetto agli uomini di avere una reazione avversa a un medicinale. L'uso dell'aspirina come trattamento di prevenzione per l'insufficienza cardiaca è un buon esempio delle conseguenze dell'esclusione delle donne dalle prove. I primi studi riguardavano solo gli uomini e mostravano che il farmaco aveva una chiara funzione protettiva. Successivamente, per colmare il divario tra i dati per le donne, è stato condotto uno studio separato per sole donne, che non ha confermato gli stessi risultati. Infine, sono stati combinati i dati di sei studi: tre inclusi solo uomini, una sola donna e due inclusi entrambi i sessi. I risultati sono stati sorprendenti. Nelle donne, la terapia con aspirina è stata trovata per ridurre il rischio di ictus ma non di infarto. Negli uomini riduce il rischio di infarto ma non di ictus.

Dagli anni Novanta maggiore attenzione

Negli anni Novanta non era possibile inserire le donne nelle fasi precoci della sperimentazione, oggi si è capito che, escludendole dai trial, si finiva per introdurre sul mercato farmaci non testati su di loro. Nel 2015 l'Aifa ha pubblicato le linee guida per l'inserimento delle donne nelle sperimentazioni cliniche. L'attenzione alla medicina di genere è cresciuta anche a livello internazionale. Una risoluzione approvata dal Parlamento europeo sulla promozione della ricerca di genere invita gli Stati membri a utilizzare nell'applicazione del nuovo regolamento sui trial clinici un approccio metodologico che garantisca una rappresentanza adeguata di uomini e donne.

Donne dopo i 50 anni, quei sintomi da non trascurare



L'importanza dei controlli

Caregiver, ma trascurano se stesse

Oggi le donne italiane hanno un'aspettativa di vita più alta degli uomini, 85 anni contro 81. Vivono di più, ma in peggiori condizioni di salute. Si prendono cura degli altri - figli, mariti, genitori -, ma spesso trascurano se stesse. «Le donne devono avere una maggiore attenzione alla prevenzione con un corretto stile di vita, ma anche uno screening più attento: tutte dovrebbero conoscere il proprio livello di pericolo», sottolinea **Trabattoni**. Contro il rischio cardiovascolare servono: alimentazione sana e bilanciata, abolizione del fumo, regolare attività fisica almeno trenta minuti al giorno. Sì, sono sempre gli stessi consigli, ma possono davvero fare la differenza (e allungare la vita).

3 agosto 2018 (modifica il 3 agosto 2018 | 12:48)
© RIPRODUZIONE RISERVATA