

CUORE DELLE DONNE: CAMPANELLI D'ALLARME RIVELANO CON ANTICIPO IL RISCHIO

Oltre ai noti fattori di rischio, la donna ne ha di specifici, conoscerli fa la differenza per giocare d'anticipo sulle malattie cardiovascolari. Il Centro Cardiologico Monzino accende i riflettori sul tema sabato 29 settembre, Giornata Mondiale per il Cuore, in un incontro a Palazzo Clerici aperto alla cittadinanza.

Milano, 28 settembre 2018 - Le donne hanno fattori di rischio specifici, campanelli d'allarme legati alla femminilità, che permettono di sapere, spesso con grande anticipo, se il loro cuore rischia di più. Purtroppo non ne hanno abbastanza coscienza. È questo il tema che il Centro Cardiologico Monzino ha scelto di mettere in evidenza nella Giornata Mondiale per il Cuore attraverso un incontro pubblico con i medici e ricercatori impegnati in "**Monzino Women**", il progetto dell'ospedale dedicato alla prevenzione delle malattie cardiovascolari nelle donne. L'appuntamento, promosso in collaborazione con il Comune di Milano, è per domani, sabato 29 settembre, alle ore 10 a Palazzo Clerici.

Non è vero che il cuore femminile si difende da solo, tutt'altro. Le malattie cardiovascolari sono la prima causa di mortalità per le donne dopo i 50 anni, superando di gran lunga tutte le forme di tumori, incluso il cancro al seno. «Queste cifre contraddicono il concetto diffuso secondo cui le donne sono protette nei confronti delle malattie cardiovascolari. In realtà durante il periodo fertile della loro vita le donne sono davvero a minor rischio di sviluppare malattie cardiovascolari rispetto all'uomo, ma questa protezione scompare dopo la menopausa, quando gli ormoni femminili estrogeni vengono meno» - dichiara **Elena Tremoli**, direttore scientifico del Centro Cardiologico Monzino. «Osserviamo così che le donne sviluppano malattie cardiovascolari con circa **dieci anni di ritardo** rispetto agli uomini, ma quando succede avviene in **maniera più grave**. Lo evidenziano i numeri: il 38% delle donne che ha avuto un infarto perde la vita entro un anno, rispetto al 25% degli uomini».

La buona notizia però c'è: per contrastare questi dati le donne possono fare moltissimo, ci dicono le evidenze scientifiche. Oggi sappiamo che, oltre ai fattori di rischio comuni a tutta la popolazione - come ipertensione, colesterolo, fumo diabete, obesità - la donna ne ha di specifici e conoscerli fa la differenza, permettendo di giocare d'anticipo e prevenire la malattia. «Un primo aspetto da sottolineare è il fatto che nelle donne i **fattori di rischio classici** per malattie cardiovascolari, come **fumo di sigaretta** e obesità, hanno effetti diversi. Basta che una donna fumi un terzo delle sigarette di un uomo per avere lo stesso impatto su cuore e vasi sanguigni. Anche l'**obesità** non riguarda donne e uomini allo stesso modo: riscontriamo infatti una maggiore incidenza di obesità e di sindrome metabolica nel sesso femminile e questo dato incrementa del 50% il rischio di coronaropatia nella donna» - spiega Daniela Trabattoni, responsabile di Monzino Women.

Ma non è tutto, ci sono infatti fattori di rischio esclusivamente femminili correlati a un maggiore rischio cardiovascolare dopo la menopausa. «Parliamo di alcuni **problemi ginecologici**, come l'ovaio policistico, oppure legati alla **gravidanza**, come il diabete mellito gestazionale, i parti pretermine, la poliabortività, ma anche i trattamenti chemio e radioterapici per il **tumore del seno**, o ancora le **malattie infiammatorie, autoimmuni ed endocrinologiche** come ad esempio l'artrite reumatoide, le tireopatie e l'osteoporosi. Si tratta di "spie" che non devono fare paura, al contrario, ci offrono un vantaggio di prevenzione: rivelano che quel cuore ha bisogno di un'attenzione speciale per essere protetto al meglio» - rassicura la dottoressa Trabattoni.

In tutto questo non va dimenticata la **mente**, che con la salute del cuore ha un legame profondo, specialmente nelle donne. Ricordiamo per esempio - sottolinea Daniela Trabattoni - che «la **sindrome di tako-tsubo**, chiamata anche cardiomiopatia da stress ma più nota come sindrome del **cuore infranto** o del **crepacuore**, è un'entità clinica che si sviluppa in seguito a un forte stress psichico e si manifesta con tutti i segnali tipici dell'infarto. Anche l'elettrocardiogramma e i valori degli enzimi cardiaci risultano alterati, ma quando analizziamo le coronarie non si evidenzia nessuna ostruzione: è una forte emozione, o un dolore lacerante, un lutto, un grande spavento che porta il cuore a soffrire. Questa sindrome colpisce le donne 9 volte di più degli uomini».

«Le donne in generale, e quelle in **menopausa**, in particolare, sono più soggette degli uomini a sviluppare **disturbi depressivi o ansiosi**» -afferma Alessandra Gorini, responsabile dell'Unità di Psicocardiologia del Centro Cardiologico Monzino. «Tali disturbi costituiscono a loro volta fattori di rischio significativi per l'insorgenza della malattia cardiovascolare e per una sua prognosi negativa. Poiché i dati sulla popolazione italiana sono molto scarsi, nell'ultimo anno ci siamo dedicati a valutare in maniera sistematica le caratteristiche psicologiche dei pazienti ricoverati presso il nostro ospedale e delle donne che hanno aderito al programma di screening cardiovascolare Monzino Women. Tra le evidenze riscontrate, abbiamo potuto confermare che le donne ricoverate per malattie cardiovascolari presentano, più frequentemente degli uomini, **patologie ansiose e depressive** (depressione: 6% uomini, 15% donne; ansia: 19% uomini, 28% donne) e che la presenza di queste patologie, sia negli uomini che nelle donne, è correlata a un maggiore tempo di degenza in ospedale». Mai sottovalutare che una mente sana, quindi, è un'alleata preziosa per un cuore sano.

Appuntamento per sabato 29 Settembre con **Il Cuore delle Donne: seconda edizione**, alle ore 10.00 presso Palazzo Clerici (via Clerici 5, 20121 Milano).

L'incontro è libero e aperto a tutti fino a esaurimento posti, per ragioni organizzative è consigliato registrarsi sul sito al link: www.milanoheartweek.it/29-settembre

Il Cuore delle Donne: seconda edizione è l'evento conclusivo della "[Milano Heart Week](http://www.milanoheartweek.it)": una settimana di appuntamenti in città dedicati al benessere e alla salute del cuore, in cui l'ospedale è uscito dal suo perimetro abituale per informare e sensibilizzare la popolazione sulle nuove possibilità di prevenzione delle malattie cardiovascolari, ancora oggi prima causa di malattia e mortalità in Italia e nel mondo.