



E' il crepacuore, ovvero la cardiomiopatia da stress, che si manifesta con i segnali tipici dell'infarto

Federico Mereta

AVETE presente il classico crepacuore? Ebbene, donne e uomini non sono esposti al rischio allo stesso modo. «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 - spiega Daniela Trabattoni, responsabile di **Monzino Women**, l'iniziativa del Centro Cardiologico **Monzino** di Milano espressamente dedicata alla salute cardiaca femminile e alla ricerca nel settore -. Anche l'elettrocardiogramma e i valori degli enzimi cardiaci risultano alterati, ma quando analizziamo le coronarie non si evi-

PASSAGGIO CRITICO

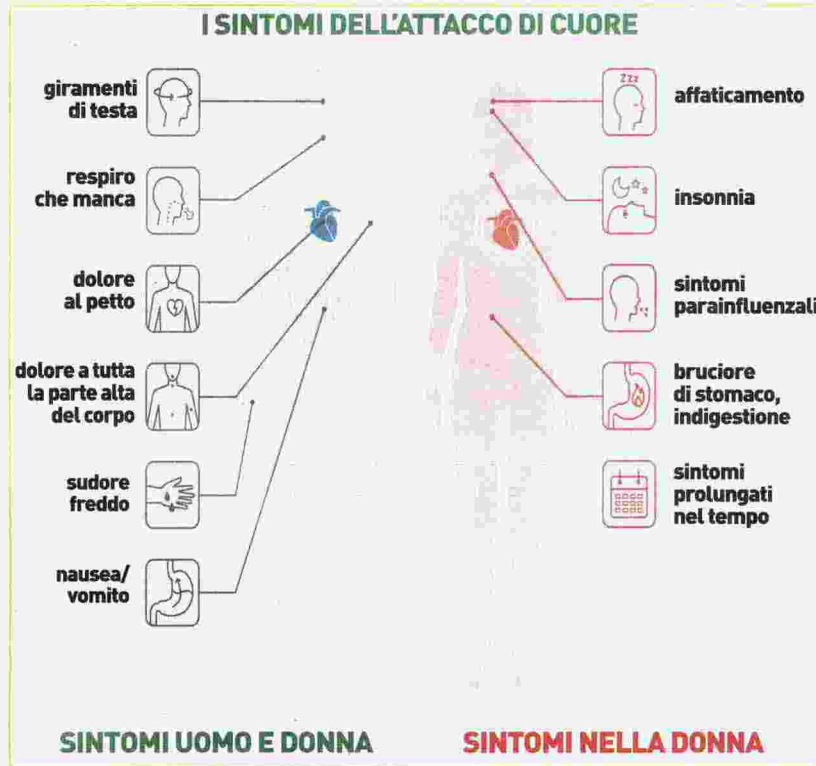
Con la menopausa calano gli estrogeni, che proteggono dai rischi cardiovascolari

denza 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 nove volte di più degli uomini».

Insomma, quando si parla di cuore anche la donna dovrebbe prestare più attenzione, senza affidarsi troppo alla protezione ormonale che a lungo è stata invocata come 'ombrello' capace di proteggere. Con l'avvento della menopausa, infatti, questo 'casco' vede scemare il suo effetto. Risultato? Le malattie cardiovascolari sono la prima causa di mortalità per le donne dopo i 50 anni, superando di gran lunga tutte le forme di tu-

Donne più a rischio dopo i 50 anni Anche la psiche fa brutti scherzi

Fumo e sovrappeso hanno un impatto maggiore rispetto agli uomini



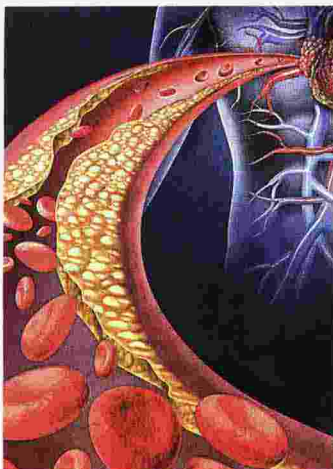
mori, incluso il cancro al seno. Ma allora, la protezione? «In realtà durante il periodo fertile della loro vita le donne sono davvero a minor rischio di sviluppare malattie cardiovascolari rispetto all'uomo, ma questa protezione scompare dopo la menopausa, quando gli ormoni femminili estrogeni vengono meno - fa sapere Elena Tre-

moli, 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 per cento delle donne che ha avuto un infarto perde la vita entro un

anno, rispetto al 25 per cento degli uomini». La ricetta per il cuore ha un solo nome: prevenzione. «Nelle donne i fattori di rischio classici per malattie cardiovascolari, come fumo di sigaretta e obesità, hanno effetti diversi - ricorda Trabattoni. - 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 per cento il rischio di coronaropatia nella donna». Bisogna poi ricordare che occorre più attenzione quando ci sono 'spie' come l'ovaiolo policistico, oppure legati alla gravidanza, come il diabete gestazionale, i parti pretermine, la poliabortività, i trattamenti chemio e radioterapici per il tumore del seno, o ancora le malattie infiammatorie, autoimmuni ed endocrinologiche. Infine, un ruolo importante lo gioca la mente. «Le donne in generale, e quelle in menopausa, in particolare, sono più soggette degli uomini a sviluppare disturbi depressivi o ansiosi - conclude Alessandra Gorini, responsabile dell'Unità di Psicocardiologia del Centro Cardiologico **Monzino** -. Questi costituiscono a loro volta fattori di rischio significativi per l'insorgenza della malattia cardiovascolare e per una sua prognosi negativa». Da una ricerca sulla psicologia dei pazienti ricoverati presso il Centro Cardiologico **Monzino** e delle donne che hanno aderito al programma di screening cardiovascolare **Monzino Women** emergono dai interessanti: le donne ricoverate per malattie cardiovascolari presentano, più frequentemente degli uomini, patologie ansiose e depressive e che la presenza di queste patologie, sia negli uomini che nelle donne, è correlata a un maggiore tempo di degenza in ospedale.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



CONTROMISURE CIRCA 3 MILIONI DI ITALIANI UTILIZZANO GLI INTEGRATORI

Giocare in anticipo contro il colesterolo

COLESTEROLO: tutti conoscono questo nemico del cuore, ma quando si parla di contromisure le reazioni sono varie. A segnalarlo è una ricerca condotta da IQVIA che dimostra come l'innalzamento del colesterolo sia al terzo posto dopo pressione alta e malattie reumatiche nella conoscenza di chi ha superato i 65 anni. Come se non bastasse si scopre che quasi una persona su due deve fare i conti con valori alti di questo grasso nel sangue. Ciò che conta è agire precocemente anche perché, come accade per la pressione, non ci sono segni e sintomi apprezzabili. Quindi occorre "scoprire" il nemico, ed anche la farmacia può diventare utile in questo senso. «Livelli alti di colesterolo, in genere, non causano alcun sintomo e spesso la persona non sa di avere i parametri fuori dagli

standard ottimali ed essere più esposta al rischio cardiovascolare - spiega Matteo Pirro, Direttore di Medicina Interna dell'Università di Perugia -. In questo scenario, poter disporre di strumenti di misurazione di facile utilizzo può fare la differenza, consentendo di monitorare in modo costante i propri valori e favorendo, laddove necessario, l'adozione di interventi correttivi, che possono includere, accanto a stili di vita e dieta, anche l'impiego di un integratore alimentare, su consiglio e sotto il controllo del proprio medico».

GLI ITALIANI, insomma, sono avvisati: per il colesterolo meglio giocare d'anticipo. La tendenza, peraltro, stando a quanto riporta l'indagine di IQVIA sembra seguire questa linea. Il cittadino - in partico-

lare nel segmento over 65 - appare sempre più attento alla salute (70 per cento) e propenso alla prevenzione attraverso screening e controlli (65 per cento). A fronte di questa predisposizione, meno di un over 65 su quattro dichiara però di essere in grado di risolvere i propri problemi di salute e ben l'80 per cento è interessato ad aumentare questa capacità. Gli integratori rappresentano già una soluzione a cui circa 3 milioni di italiani ricorrono come aiuto per il controllo del colesterolo, con una prevalenza nella scelta d'acquisto guidata dalle donne (due su tre) e un'età media superiore ai 60 anni. Se un terzo dei consumatori che arriva in farmacia ha già consultato il medico e ha le idee chiare, per i restanti due terzi il ruolo del farmacista e della farmacia si confermano cruciali.

© RIPRODUZIONE RISERVATA