

IPERTENSIONE IN EUROPA

D: Che cos'è l'ipertensione e quanto è grave?

L'ipertensione, conosciuta anche come pressione alta, è un problema di salute sempre più diffuso e significativo che colpisce oltre 150 milioni di individui residenti in Europa.¹ È caratterizzata da livelli di pressione arteriosa costantemente superiori alla norma, e può portare allo sviluppo di gravi complicazioni per la salute se non trattata adeguatamente.

L'ipertensione è definita dai professionisti del settore medico sulla base della misurazione specifica della pressione arteriosa, combinando la pressione sistolica (il numero superiore) e la pressione diastolica (il numero inferiore) sulla lettura del monitor della

pressione arteriosa. In Europa, si parla di ipertensione quando vengono registrati valori pressori superiori a 140/90 mmHg. Tuttavia, per i soggetti a maggior rischio di malattie cardiovascolari o renali, anche valori pressori più bassi possono richiedere un trattamento.

D: Quanto incide l'ipertensione sulla salute cardiometabolica?

L'ipertensione è spesso conosciuta anche con l'appellativo di "killer silenzioso", perché non presenta sintomi evidenti. Tuttavia, se non individuata e monitorata, aumenta il rischio di gravi problemi di salute in un individuo quali cardiopatie, infarto, malattie renali e ictus. Protratta nel tempo, l'ipertensione può anche danneggiare organi importanti, come gli occhi.



D: Quali sono le cause dell'ipertensione?

Il rischio di ipertensione può essere aumentato da una serie di fattori. Tra gli altri:



Genetica e anamnesi familiare

Avere parenti stretti con pressione alta aumenta nell'individuo il rischio di sviluppare ipertensione a causa di fattori genetici e ambientali condivisi.



Stile di vita

Dieta

Il consumo di quantità eccessive di sodio, grassi saturi, colesterolo e cibi lavorati può aumentare la pressione arteriosa.

Sedentarietà

La mancanza di attività fisica regolare può portare a un aumento di peso e a un indebolimento della salute cardiovascolare.

Obesità

Il sovrappeso o l'obesità richiedono un maggiore apporto di sangue e mettono a dura prova i vasi sanguigni.

Fumo e consumo di alcool

Fumare e consumare alcolici abitualmente può aumentare la pressione arteriosa.



Età

Il rischio di ipertensione aumenta con l'avanzare dell'età, per effetto della perdita di elasticità a carico dei vasi sanguigni.²



Stress cronico

Lo stress prolungato può rilasciare ormoni che aumentano la pressione arteriosa. I soggetti stressati possono mettere in atto meccanismi di risposta poco salutari, quali l'assunzione eccessiva di cibo, il fumo, e l'abuso di alcool.³



D: Come si può gestire efficacemente l'ipertensione?

Una gestione efficace è cruciale per ridurre l'impatto dell'ipertensione sul sistema cardiovascolare di un paziente e il rischio di complicanze correlate. Una gestione adeguata può comportare una combinazione di approcci, quali il monitoraggio costante e cambiamenti allo stile di vita, oltre a farmaci e procedure.

Monitoraggio e cambiamento

Controlli regolari della pressione arteriosa a casa o presso l'ambulatorio medico sono fondamentali per monitorare i progressi e assicurarsi che i livelli di pressione arteriosa rientrino nell'intervallo target. Il monitoraggio della pressione arteriosa aiuta inoltre pazienti e medici a identificare eventuali fluttuazioni o potenziali complicazioni che potrebbero richiedere modifiche al piano di gestione. Insieme al monitoraggio, i pazienti possono modificare il loro stile di vita al fine di migliorare la gestione dell'ipertensione. L'esercizio fisico regolare, la limitazione del consumo di alcol e fumo e i cambiamenti alla dieta, quali la limitazione di sodio e grassi saturi, sono pratiche che i pazienti possono mettere in atto per contribuire a tenere sotto controllo la pressione arteriosa.

Farmaci

Se le modifiche allo stile di vita, da sole, non sono sufficienti, gli operatori sanitari possono prescrivere farmaci per aiutare ad

abbassare la pressione arteriosa. Esistono diverse classi di farmaci antiipertensivi tra cui diuretici, beta-bloccanti, inibitori dell'enzima di conversione dell'angiotensina, bloccanti del recettore dell'angiotensina e calcio antagonisti. La scelta del farmaco dipende dal profilo di salute specifico del singolo paziente e da eventuali condizioni mediche esistenti.

Procedure mediche

I recenti aggiornamenti alle linee guida per il trattamento a cura della Società Europea dell'Ipertensione stabiliscono che la denervazione renale è attualmente un'opzione terapeutica raccomandata per i pazienti che devono ridurre la pressione sanguigna. La procedura rappresenta un'altra opzione terapeutica, particolarmente utile per i pazienti che faticano a ridurre la pressione arteriosa attraverso i cambiamenti allo stile di vita o l'assunzione di dosi regolari di un farmaco prescritto.





D: Come funziona la procedura di denervazione renale?

La denervazione renale è una procedura medica che tratta l'ipertensione arteriosa interrompendo la trasmissione iperattiva tra reni e cervello. La denervazione renale si avvale di un dispositivo per erogare energia a radiofrequenza che disattiva alcuni dei nervi che decorrono sulle arterie che apportano sangue ai reni. È stato dimostrato che questa interruzione contribuisce a ridurre la pressione arteriosa in assenza e in presenza di farmaci contro l'ipertensione di fondo.⁴

D: Quali sono i benefici di una migliore gestione dell'ipertensione?

Il miglioramento della gestione dell'ipertensione offre molteplici vantaggi sia in termini di salute individuale sia per la salute pubblica più in generale. Grazie a una gestione efficace, i pazienti avranno meno probabilità di essere soggetti a infarti, ictus o malattie renali croniche e potranno godere di una vita più lunga e più sana. A un livello sociale più ampio, dare priorità alla gestione dell'ipertensione è in grado di ridurre i costi sanitari e diminuire l'onere per i sistemi di assistenza sanitaria.

BIBLIOGRAFIA

1. Ramzy, I. (2019, August 14). Definition of hypertension and pressure goals during treatment (ESC-ESH Guidelines 2018). European Society of Cardiology. <https://www.escardio.org/Journals/E-Journal-of-Cardiology-Practice/Volume-17/definition-of-hypertension-and-pressure-goals-during-treatment-esc-esh-guidelin>
2. Oh, Y. (2018, December 1). Arterial stiffness and hypertension - clinical hypertension. BioMed Central. <https://clinicalhypertension.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40885-018-0102-8>
3. Managing stress to control high blood pressure. www.heart.org. (2023, June 5). <https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure/changes-you-can-make-to-manage-high-blood-pressure/managing-stress-to-control-high-blood-pressure>
4. Zeijen, V. J. M., Kroon, A. A., van den Born, B. H., Blankestijn, P. J., Meijvis, S. C. A., Nap, A., Lipsic, E., Elvan, A., Versmissen, J., van Geuns, R. J., Voskuil, M., Tonino, P. A. L., Spiering, W., Deinum, J., & Daemen, J. (2023, January). The position of renal denervation in treatment of hypertension: An expert consensus statement. Netherlands heart journal : monthly journal of the Netherlands Society of Cardiology and the Netherlands Heart Foundation. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9807711/>



Informazioni sulla European Alliance for Patient Access

La European Alliance for Patient Access è una divisione della Global Alliance for Patient Access, una piattaforma internazionale che vuole permettere a professionisti sanitari e membri di gruppi di sostegno di intervenire nel dialogo politico sulle cure incentrate sui pazienti.

GAPPA.org

