



Cuore e Donna

Dr.ssa Chiara Leuzzi
Cardiologia
ASMN – IRCCS

Venerdì 22 aprile

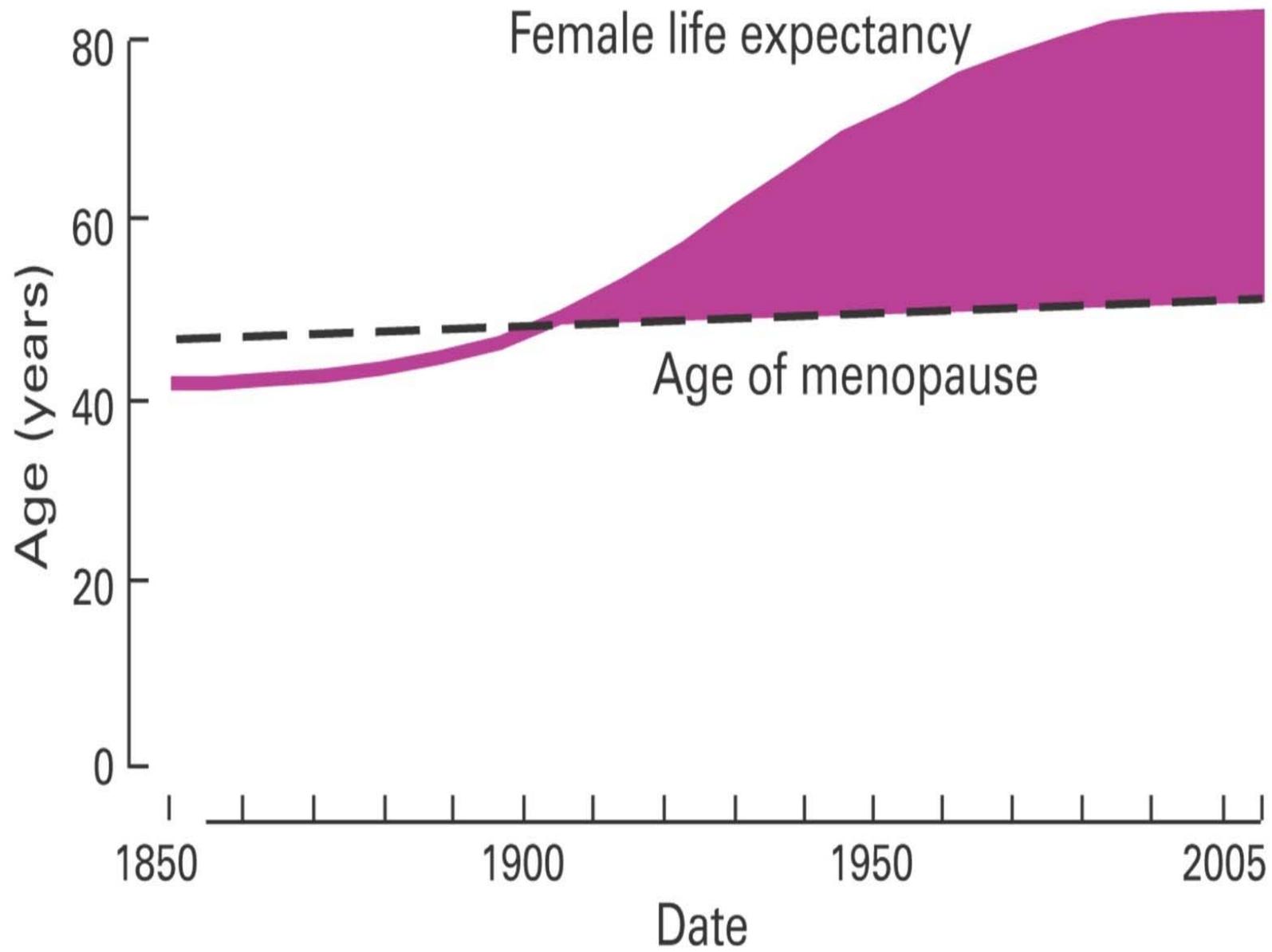
La medicina di genere



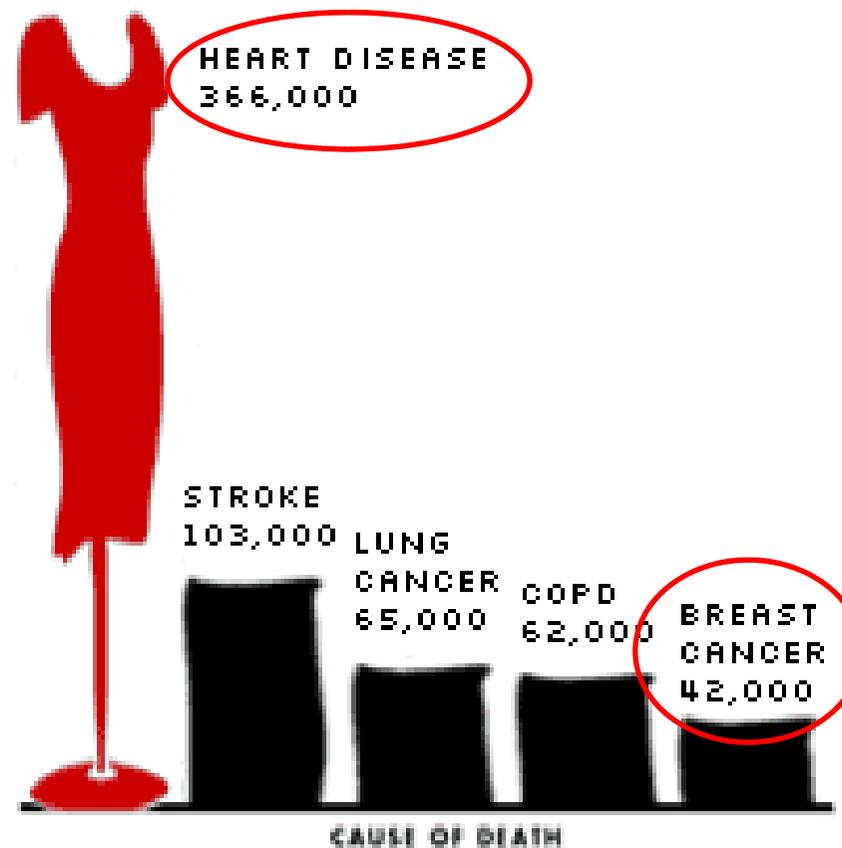
... La comunità ha sempre guardato alla salute della donna con un approccio a 'bikini', considerando essenzialmente solo il **seno e il sistema riproduttivo**, vale a dire ignorando quasi totalmente il resto dell'organismo femminile nell'ambito dei problemi di salute ...

Nanette Wenger, MD

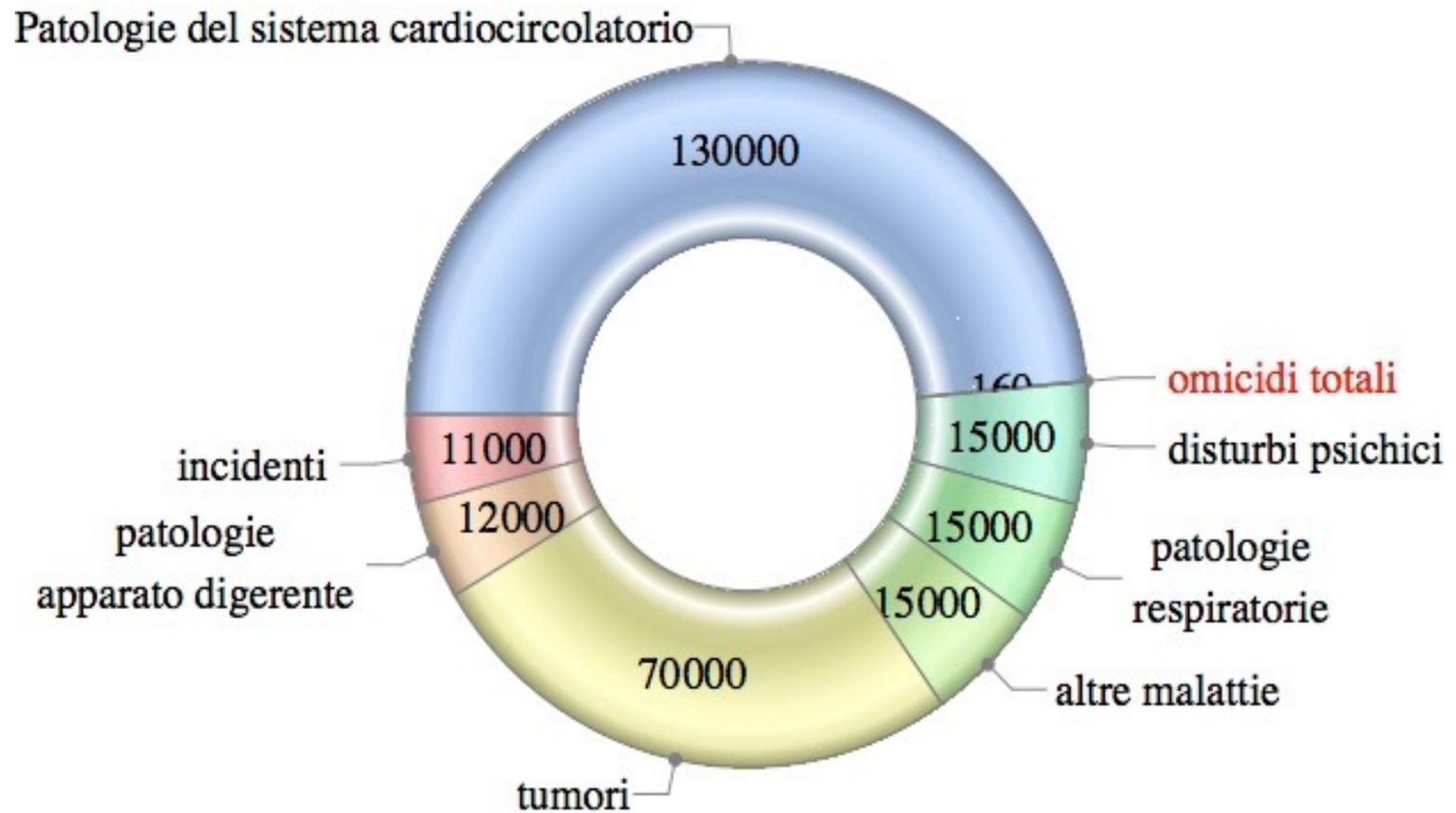
2001: PBS documentary "A Woman's Heart"



LEADING CAUSES OF DEATH FOR AMERICAN WOMEN (2000)



Decessi femminili per anno, statistiche ISTAT



La cardiopatia ischemica presenta delle peculiarità che sono tipiche del sesso femminile

Esistono sindromi coronariche praticamente sconosciute nel sesso maschile e sono quindi rilevate solo nelle donne . Devono essere riconosciute poiché il loro trattamento farmacologico non è quello utilizzato convenzionalmente.

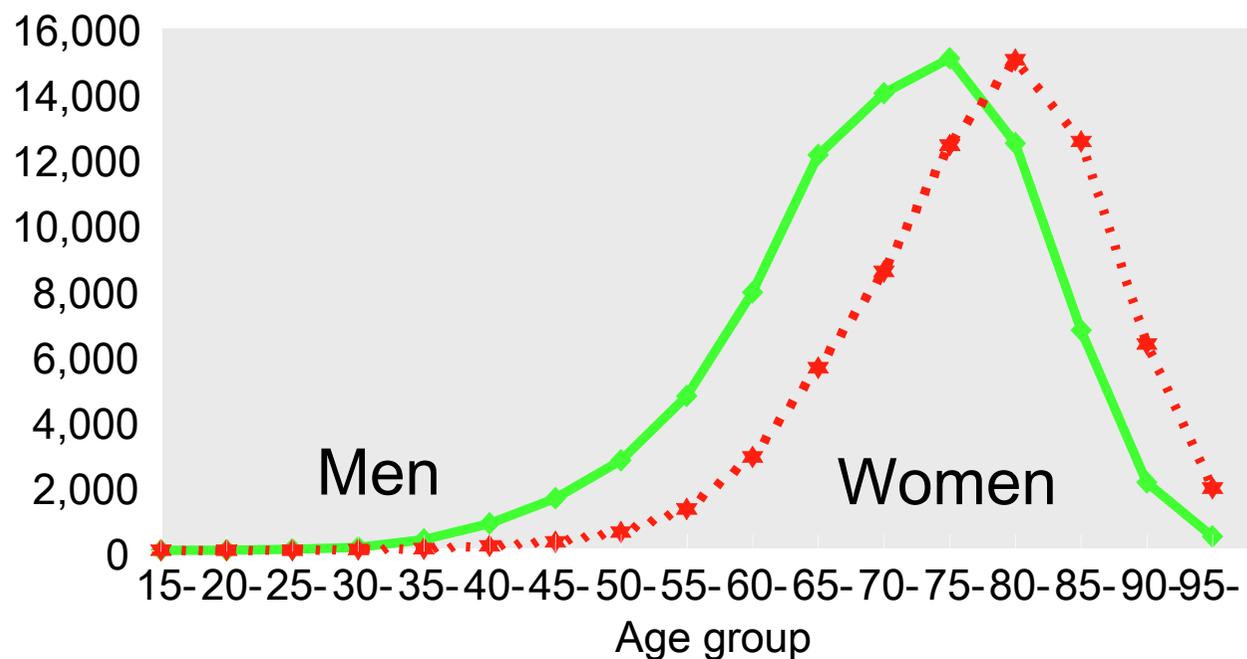
Takotsubo



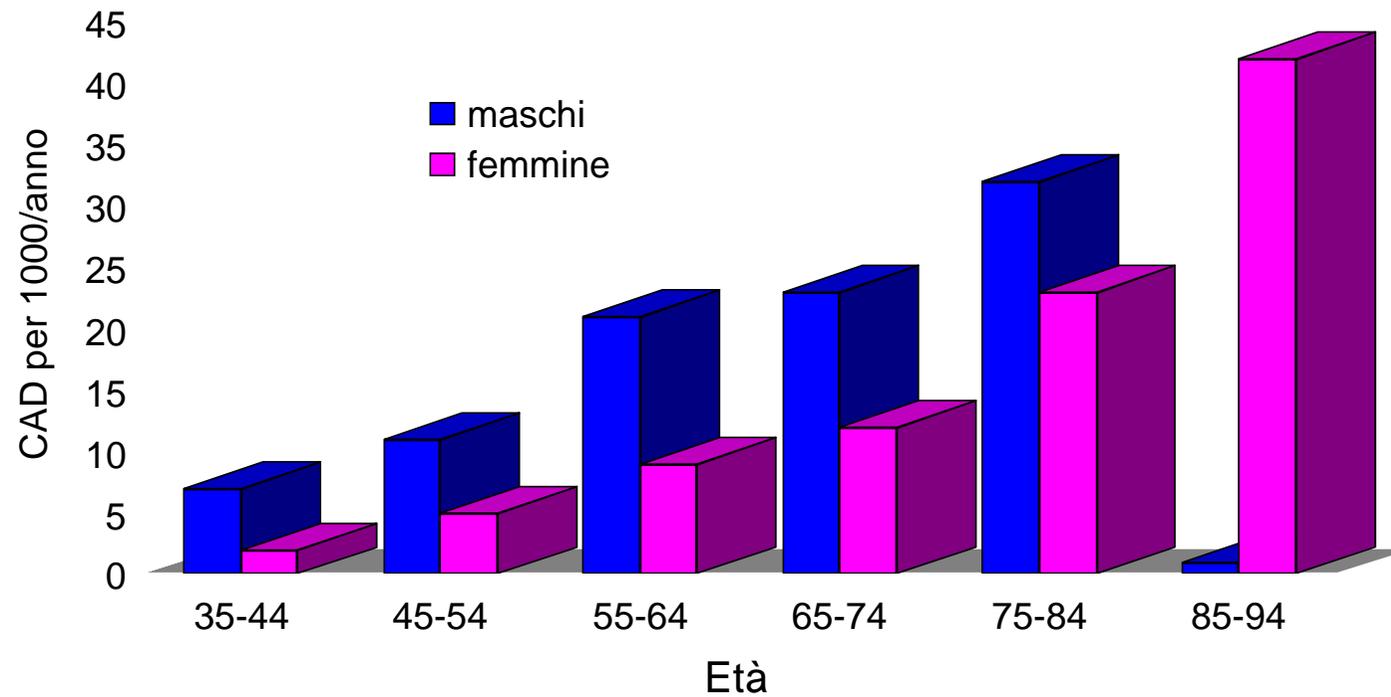
- 90% dei casi donne nell'età post-menopausa.
- La patologia sembra correlarsi a stress psichici intensi: forti emozioni, paura, panico, spaventi, lutti, da questo nasce il suggestivo soprannome di "sindrome da crepacuore".
- Simula l'infarto miocardico acuto

Cardiopatia ischemica

Incidenza dilazionata nel tempo:
“ritardo” di circa 10 anni rispetto all’uomo



Quasi la metà di tutte le donne muore di un evento cardiovascolare



Differenza correlate al genere nella presentazione clinica della cardiopatia ischemica

Sintomi tipici:

- Pressione, bruciore, senso di compressione toracica
- dolore ad una o entrambe le spalle, braccia, collo, mandibola, stomaco, schiena
- dispnea
- astenia, sudorazione fredda, nausea

Sintomi possono differire nelle donne:

- Dolore nella parte superiore della schiena, mascella o del collo
- Dispnea
- Sintomi simil-influenzali: nausea o vomito, sudori freddi
- Stanchezza o debolezza
- Sentimenti di ansia, perdita di appetito, malessere

Valutazione del rischio cardiovascolare nella donna

Fattori di rischio tradizionali

Nuovi ed emergenti fattori di rischio

Fattori di rischio gender-specifici

Valutazione del rischio cardiovascolare nella donna

Nuovi ed emergenti fattori di rischio

Fattori di rischio gender-specifici

Fattori di rischio nuovi

Rischio cardiovascolare nelle patologie reumatiche

Le patologie reumatiche sono frequentemente associate a complicanze cardiovascolari con un'alta prevalenza di eventi coronarici soprattutto età giovanile.

Particolarmente colpite sono le donne affette da **artrite reumatoide, LES e sclerosi sistemica.**

Fattori di rischio gender-specifici

- Ipertensione in gravidanza
- Menopausa

Ipertensione in gravidanza

Complica il 10% delle gravidanze nel mondo

Comprende:

- ***ipertensione cronica***
- ***ipertensione gestazionale***
 - ***pre-eclampsia***
 - ***eclampsia***



Ipertensione in gravidanza

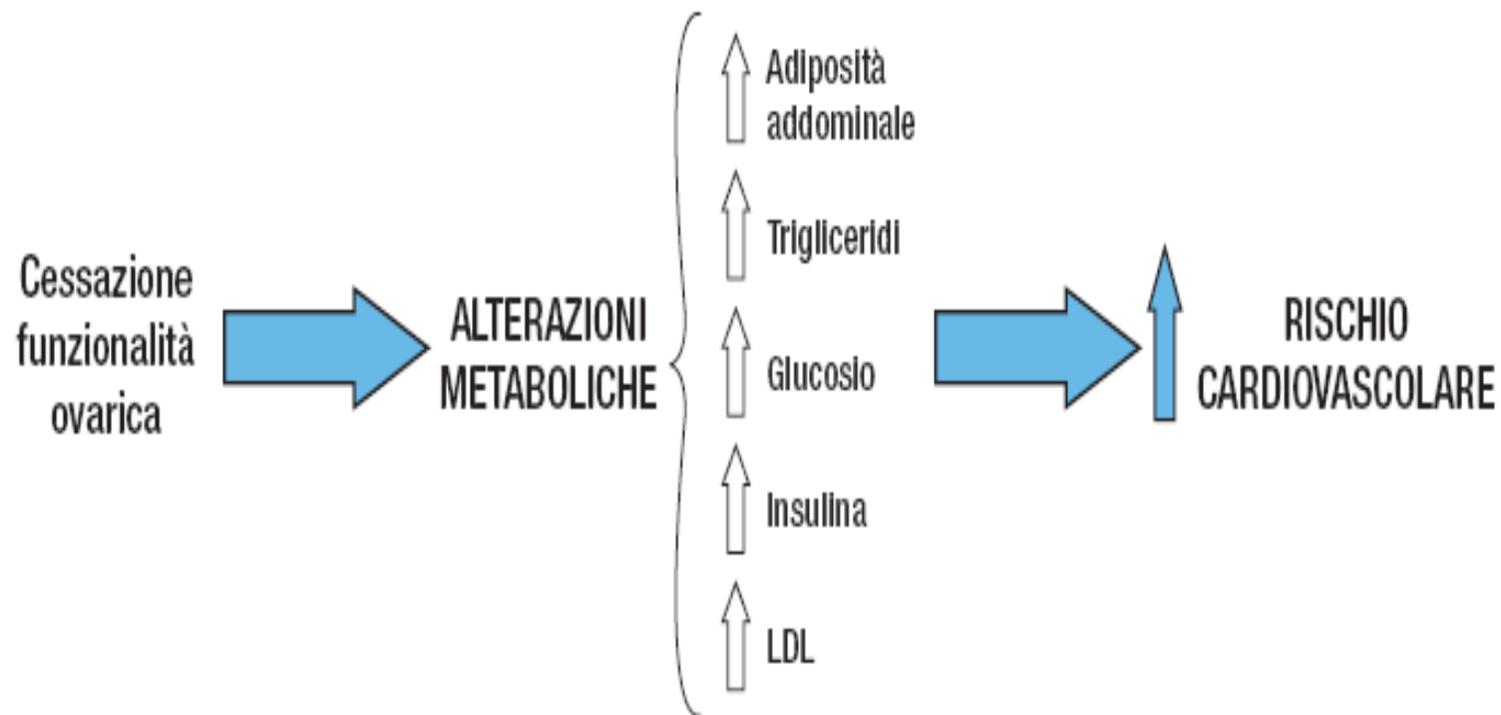
Condizione patologia

Rischio di MCV

- | | |
|--|--------------------|
| • <i>ipertensione gestazionale</i> | • <i>x 2 volte</i> |
| • <i>pre-eclampsia (50%)</i> | • <i>x 2 volte</i> |
| • <i>eclampsia</i> | • <i>x 3 volte</i> |
| • <i>eclampsia con parto</i> | • <i>x 8 volte</i> |
| <i>prematurato</i> | |

menopausa

Durante il periodo fertile l'incidenza di IMA nella donna è decisamente inferiore rispetto all'incidenza maschile (*estrogeni*). In **menopausa** invece il rischio aumenta, fino a sovrapporsi a quello dell'uomo.



***Valutazione del rischio cardiovascolare
nella donna***

Fattori di rischio tradizionali

Fattori di rischio CV tradizionali

- Diabete mellito
- Ipertensione arteriosa
- Dislipidemia
- Fumo
- Sedentarietà



Stili di vita disfunzionali:

- scarsa propensione all'attività fisica
 - abuso alimentare
 - abitudine tabagica

Coesistono ancora più spesso nel genere femminile che in quello maschile



- aumento dei valori di pressione arteriosa
- diabete
- obesità
- dislipidemia

Stile di vita e diabete

L'incidenza di diabete è doppia nelle donne:

- Sovrappeso-obesità,
- Fumatrici
- dieta a basso contenuto di fibre e acidi grassi polinsaturi e ad alto contenuto di grassi saturi e che assumono alimenti ad elevato indice glicemico
- non praticano regolare attività fisica

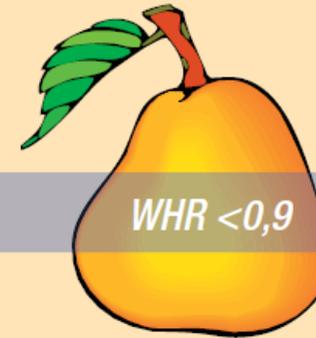
l'eccesso di adipe è il più importante determinante del diabete nella donna

MORFOLOGIA DELL'OBESITÀ



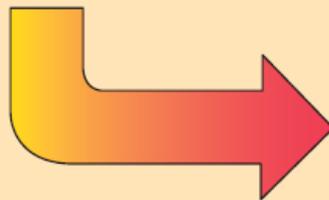
$WHR > 0,9$

Obesità androide

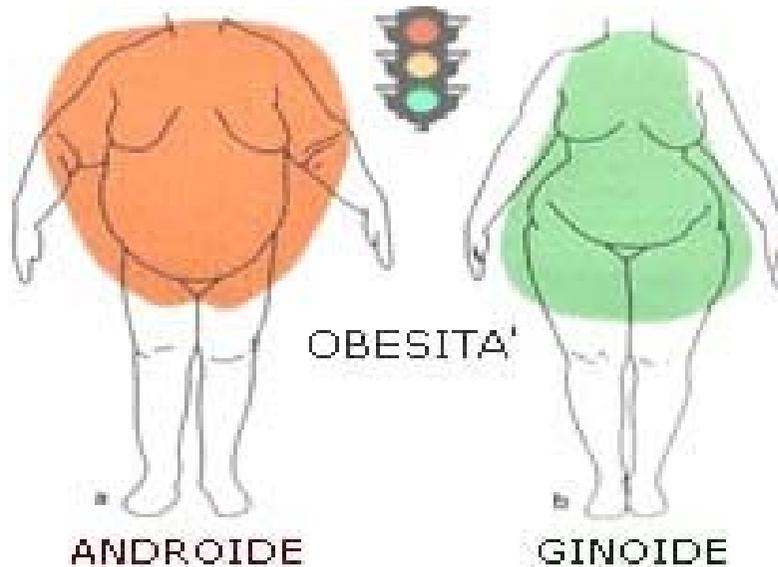


$WHR < 0,9$

Obesità ginoide



- ↑ Sensibilità agli androgeni
- ↑ Vascolarizzazione
- ↑ Sensibilità alle catecolamine
- ↑ Lipolisi e ↑ FFA circolanti



Circonferenza vita

- > 102 cm nell'uomo
- > 88 cm nella donna

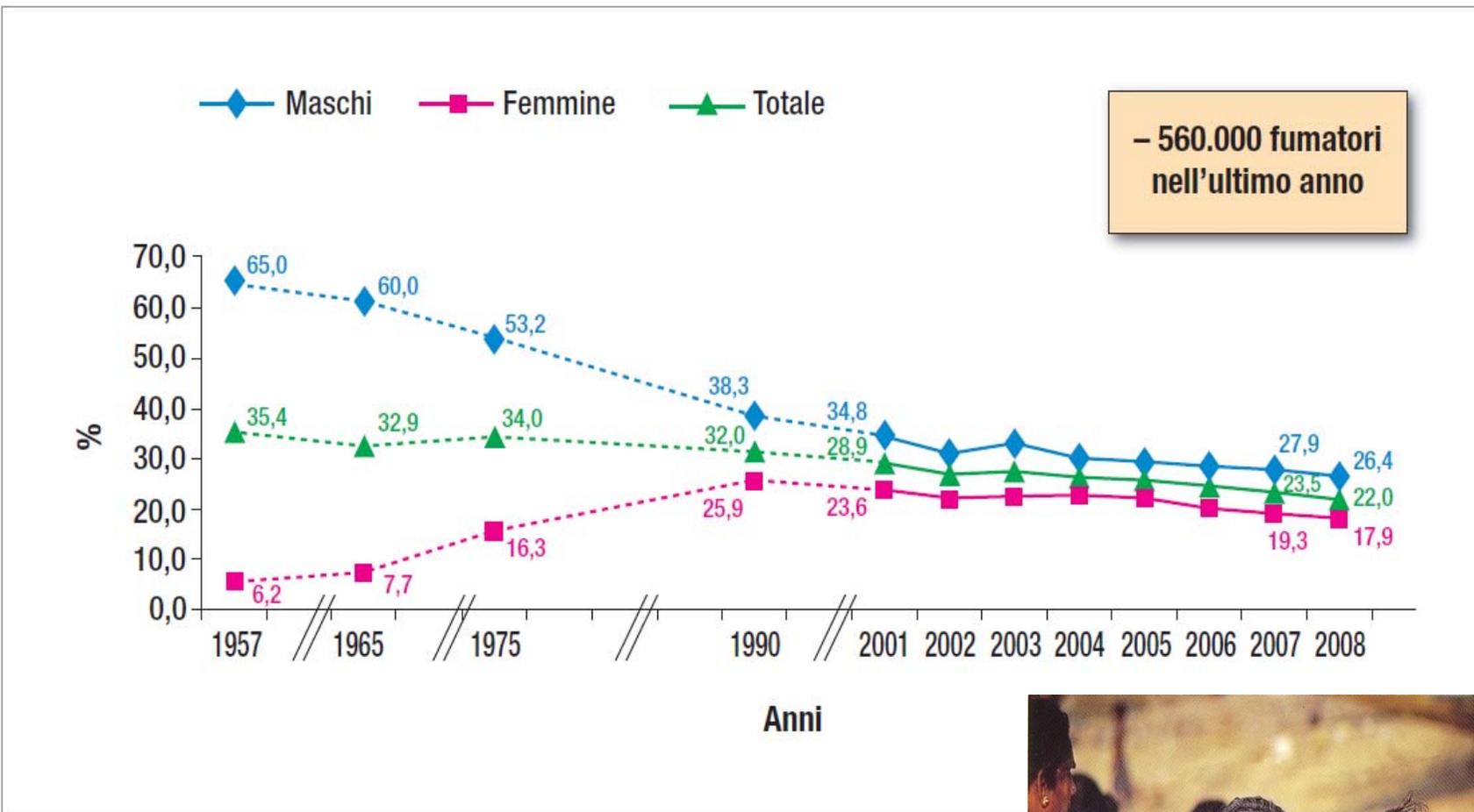
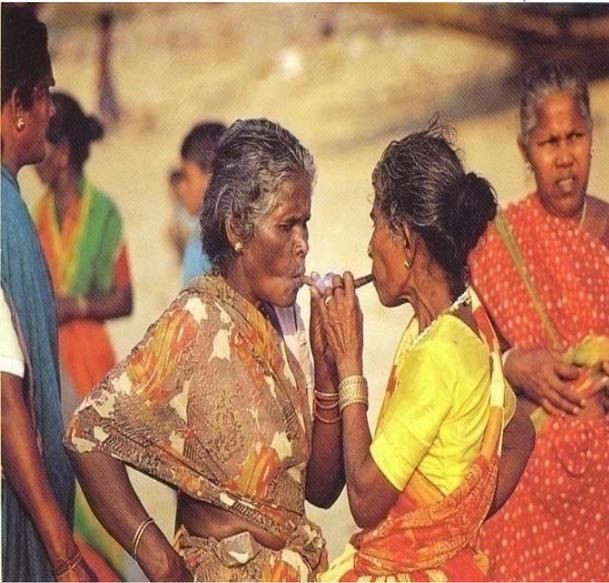


Figura 7. Prevalenza dei fumatori secondo le indagini DOXA anni: 1957-2008.

fumo di sigaretta



Ipertensione arteriosa

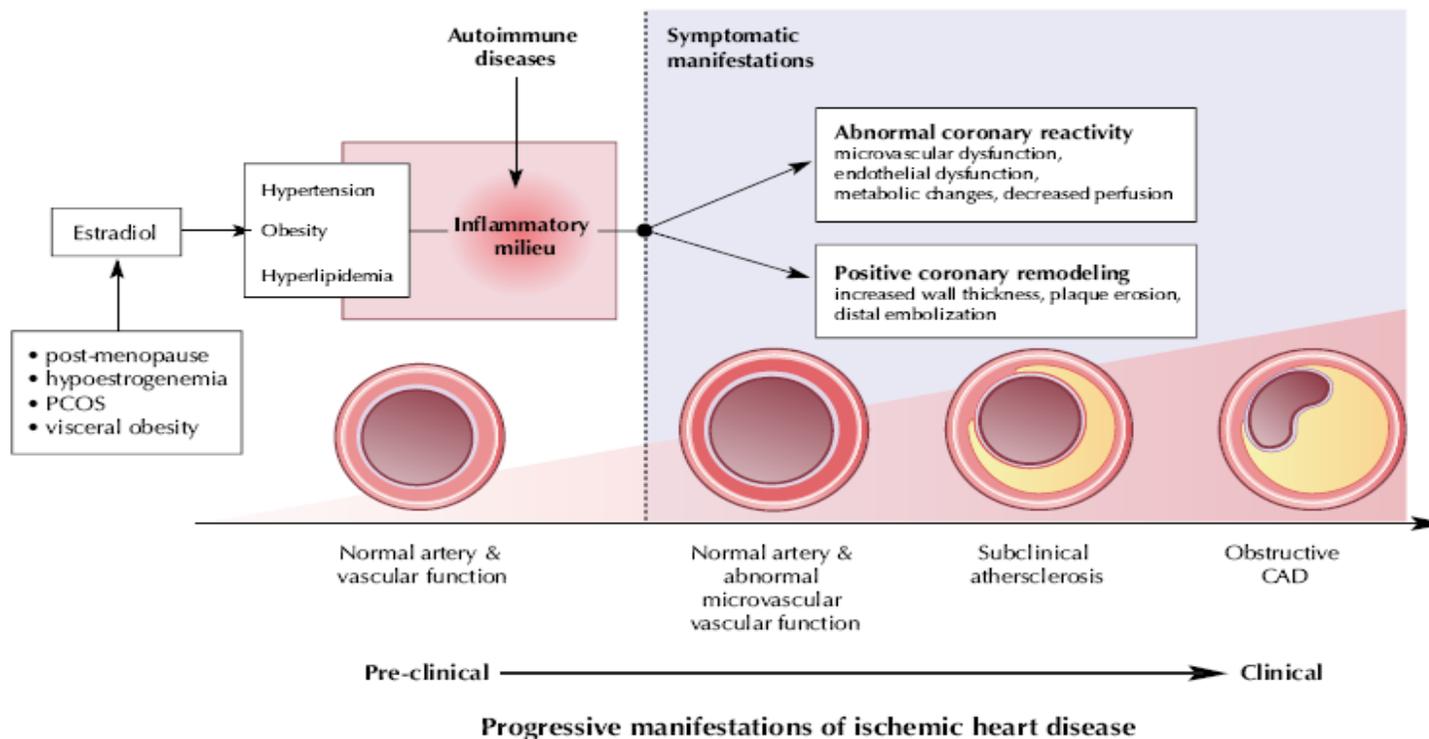
Category	Systolic BP (mmHg)		Diastolic BP (mmHg)
Optimal	<120	and	<80
Normal	120–129	and/or	80–84
High normal	130–139	and/or	85–89
Grade 1 hypertension	140–159	and/or	90–99
Grade 2 hypertension	160–179	and/or	100–109
Grade 3 hypertension	≥180	and/or	≥110
Isolated systolic hypertension	≥140	and	<90

Ipertensione arteriosa

	SBP (mmHg)	DBP (mmHg)
Office or clinic	140	90
24-hour	125–130	80
Day	130–135	85
Night	120	70
Home	130–135	85

Valutazione del rischio cardiovascolare nella donna

La presenza di uno o più fattori di rischio Cardiovascolare riducono o annullano l'effetto protettivo degli estrogeni

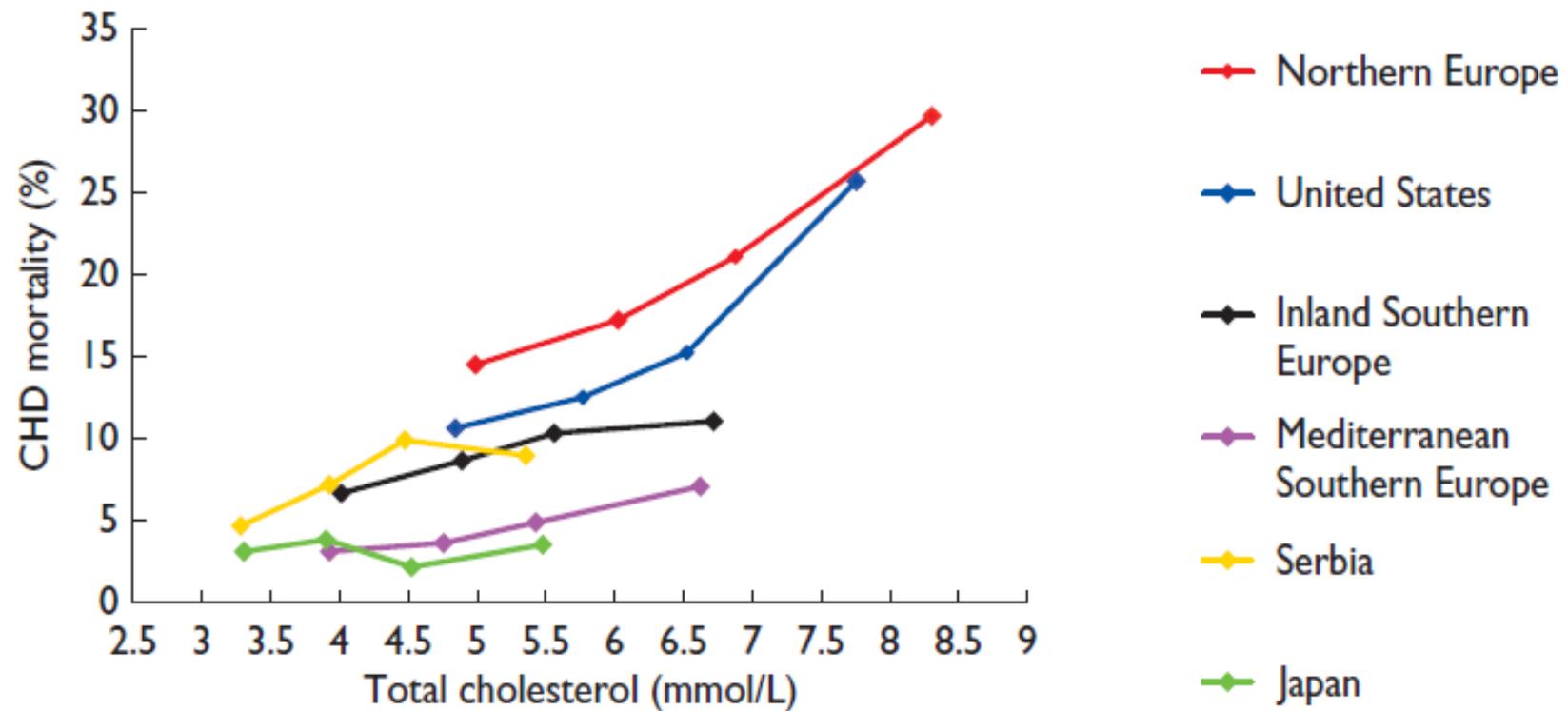


Stili di vita disfunzionali

Coesistono ancora più spesso nel genere femminile che in quello maschile

Traguardo: controllo degli stili di vita disfunzionali

- prevenzione primaria, nella fase dell'adolescenza (*bilancio dato dal più favorevole profilo ormonale*) e nelle fasi successive
- prevenzione secondaria, nella fase immediatamente successiva ad un evento acuto



Carta del rischio cardiovascolare

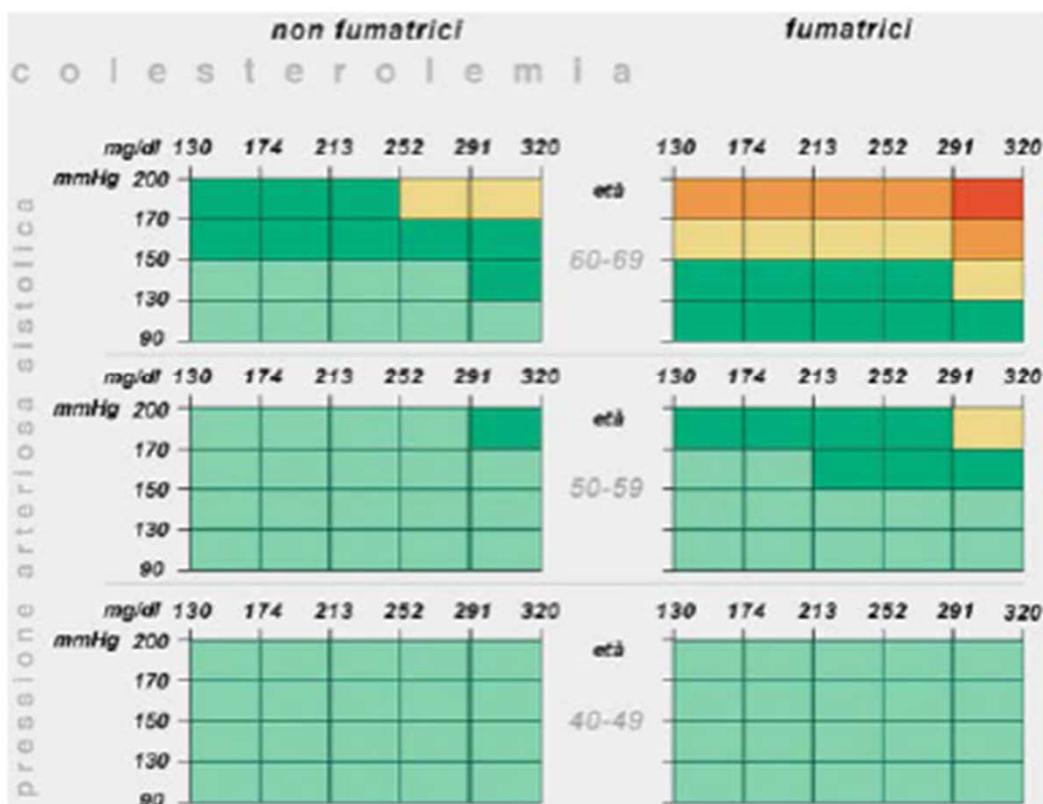
donne non diabetiche

rischio cardiovascolare a 10 anni

Come utilizzare la carta

- Posizionarsi nella zona fumatore / non fumatore.
- Identificare il decennio di età.
- Collocarsi sul livello corrispondente a pressione arteriosa sistolica e colesterolemia.
- Identificato il colore, leggere nella legenda a fianco il livello di rischio.

livello di rischio a 10 anni		
rischio MCV VI		oltre 30%
rischio MCV V		20% - 30%
rischio MCV IV		15% - 20%
rischio MCV III		10% - 15%
rischio MCV II		5% - 10%
rischio MCV I		meno 5%



Carta del rischio cardiovascolare

donne diabetiche

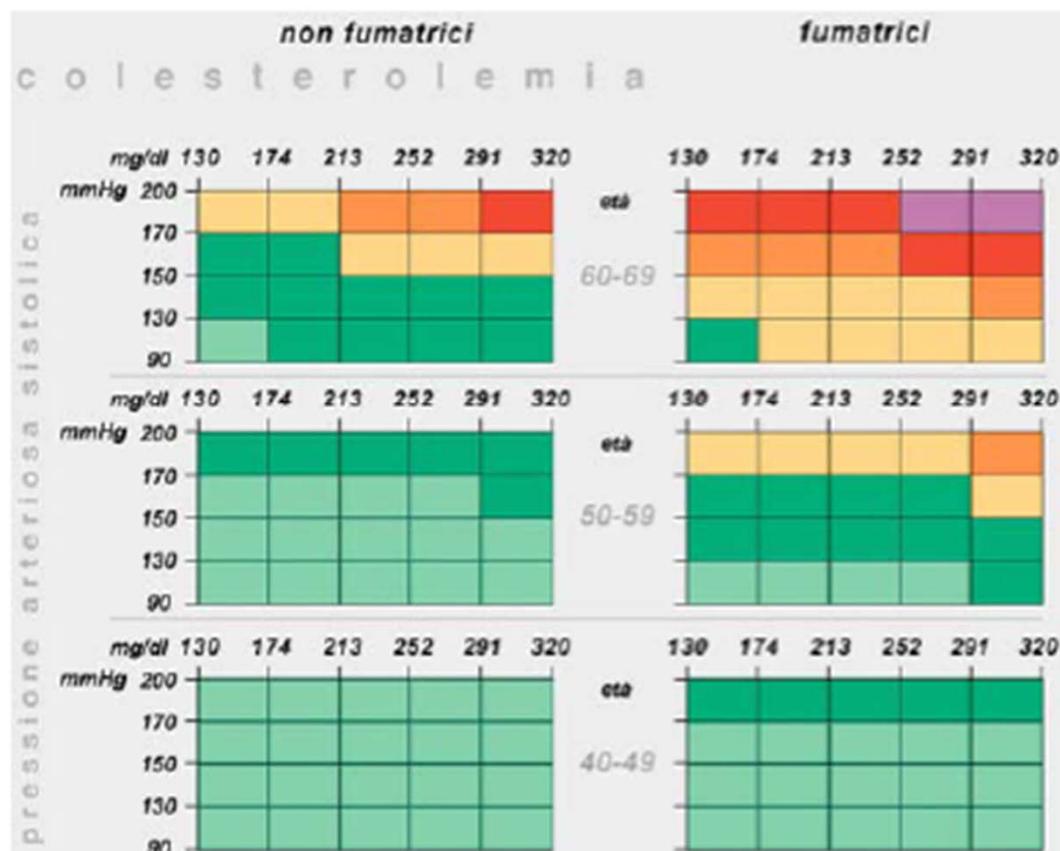
rischio cardiovascolare a 10 anni

Come utilizzare la carta

- Posizionarsi nella zona fumatore / non fumatore.
- Identificare il decennio di età.
- Collocarsi sul livello corrispondente a pressione arteriosa sistolica e colesterolemia.
- Identificato il colore, leggere nella legenda a fianco il livello di rischio.

livello di rischio a 10 anni

rischio MCV VI		oltre 30%
rischio MCV V		20% - 30%
rischio MCV IV		15% - 20%
rischio MCV III		10% - 15%
rischio MCV II		5% - 10%
rischio MCV I		mono 5%



Prevenzione Cardiovascolare

- correzione di stili di vita disfunzionali e dei fattori di rischio modificabili
- attenzione alle comorbidità e/o patologie associate
- attenta valutazione dei sintomi

Listen

Erase

Time

'

Stress

Pressure

Rythm

Energy

Verify

Educate

No

Think

LISTEN ASCOLTA il tuo cuore, il tuo corpo e i sintomi che, se riconosciuti in tempo, possono salvarti la vita.

ERASE CANCELLA le abitudini pericolose: meno grassi, fumo, alcool, stress, sale nel cibo e porzioni abbondanti. Più attività fisica, controllo della pressione, del livello degli zuccheri e del colesterolo nel sangue.

TIME prenditi il **TEMPO** per imparare a vivere meglio, per condividere esperienze, progetti e sogni con i tuoi cari. Questo migliorerà la qualità della tua vita.

• questo **APOSTROFO** è la lacrima che i tuoi cari non verseranno perché tu non ti ammalerai per scelte di vita scellerate.

STRESS lo **STRESS** può essere positivo, negativo, a volte inevitabile. L'importante è imparare a gestirlo.

PRESSURE controlla la **PRESSIONE** del sangue e, se supera i limiti ideali (140 la massima, 80 la minima) fai attività fisica, preferibilmente aerobica, per almeno quaranta minuti al giorno. Se il tuo medico lo suggerisce prendi i farmaci regolarmente e non modificare le dosi.

RHYTHM ascolta il **RITMO** del tuo cuore, lo puoi percepire mettendo due dita sul polso proprio alla base del pollice. Lì troverai la pulsazione del tuo cuore che deve essere regolare e non eccessivamente rapida.

ENERGY affronta con **ENERGIA**, entusiasmo e positività ogni esperienza.

VERIFY VERIFICA periodicamente il tuo peso, la circonferenza della vita, i livelli di colesterolo e la glicemia. Se necessario prendi provvedimenti per riportarli nei giusti limiti.

EDUCATE EDUCA te stessa e i tuoi cari a uno stile di vita intelligente, che preveda un'attività fisica regolare ed adeguata, e una alimentazione equilibrata per quantità e qualità.

NO impara a dire qualche volta **NO** a qualche caffè, dolce, alcole a cibi non sani conservati e ricchi di sale e di grassi saturi.

TRAINING PENSA che il tuo cuore ti mantiene in vita, che ha diritto a una manutenzione accurata. Le malattie cardiovascolari possono essere evitate almeno in un caso su tre, peccato sprecare questa straordinaria opportunità. Si può cominciare da oggi: un bel modo di regalarci una festa...