

VALUTAZIONE CARDIO-METABOLICA: A CHI È RIVOLTA

- ✦ Storia personale o familiarità per malattia cardio-vascolare;
- ✦ obesi o in sovrappeso (BMI ≥ 25 , o circonferenza addominale ≥ 94 cm per i maschi e ≥ 80 cm per le femmine);
- ✦ ADOLESCENTI se obesi o in sovrappeso;
- ✦ donne che abbiano partorito figli con peso >4 kg;
- ✦ pressione arteriosa $\geq 130-135/80-85$ o terapia ipotensiva in atto;
- ✦ glicemia ≥ 100 mg dl o presenza di diabete o punteggio ≥ 9 nel questionario Diabetes Risk Score
(www.aemmedi.it/linee-guida-e-raccomandazioni);
- ✦ uricemia elevata e/o gotta;
- ✦ dislipidemia con:
 - * colesterolo totale ≥ 200 mg dl,
 - * e/o HDL (colesterolo buono) ≤ 40 mg dl per i maschi o 50 per le femmine,
 - * e/o i trigliceridi ≥ 150 mg dl;
- ✦ Punteggio $\geq 5\%$ calcolato con le carte del rischio del "PROGETTO CUORE"
(www.cuore.iss.it);
- ✦ fumatori (sigarette - anche solo 1 al giorno - pipa o sigari);
- ✦ sedentari, specie se con alimentazione errata.

Ci si può credere o meno...
L'Aterosclerosi si sviluppa sin dall'infanzia per deposizione dei grassi del sangue e di altro materiale nella parete delle arterie. Così si forma, lentamente, la placca ostruente.

Arteria coronarica chiusa da una Placca Aterosclerotica con coagulo



Evita la **placca:**
correggi subito i **FR**

Le frasi ingannevoli
"Ho un po' di colesterolo,
un po' di glicemia alti ..."
"Ho un po' di pressione ..."

Se si fa parte di una categoria a rischio meglio sottoporsi a valutazione clinica

Ci si può credere o meno...

... i bambini nati con peso > 4 kg saranno più soggetti alle Mal. Metaboliche e alle MCV...

... la prevenzione dell'Aterosclerosi inizia in **GRAVIDANZA.**



Dott. Ennio Scaldaferri
Specialista in Malattie Metaboliche e Diabetologia
TV 1211 – P.I. 04191410267

Tel.: 3803102673
ennio.scaldaferri@diabetologando.it - www.diabetologando.it

Dott. Ennio Scaldaferri
Medico Chirurgo
Specialista in Malattie Metaboliche e Diabetologia

Prevenire è meglio che curare

▶ **Valutazione Cardio-Metabolica Preventiva**

Arteria Aterosclerotica



Difendi CUORE e ARTERIE:
Qual è il tuo rischio di Malattia Cardio-Vascolare?

ennio.scaldaferri@diabetologando.it
www.diabetologando.it
Tel. 3803102673

PREMESSA

“ALLEANZA CARDIO-METABOLICA”

Le **Malattie Cardio-Vascolari (MCV)** sono fra le maggiori cause di morte nell'adulto nel mondo industrializzato (www.cuore.iss.it). Esse sono conseguenza di un'alterazione della parete delle **ARTERIE** (i vasi che portano il sangue dal cuore a tutto l'organismo), detta **ATEROSCLEROSI**.

Questa comporta una perdita di elasticità delle arterie con restringimenti (PLACCA ATEROSCLEROTICA) di varia entità, fino alla chiusura completa: di conseguenza si riduce l'apporto di sangue a valle con gravi ripercussioni, quali Angina Pectoris e Infarto, Ictus e Paralisi, Mancato Afflusso di Sangue alle Gambe.

L'Aterosclerosi per lo più si sviluppa a causa di vari **FATTORI DI RISCHIO (FR)** quali l'età e l'ereditarietà, o quelli legati allo stile di vita (fumo, sedentarietà, ecc.): ma alcuni di essi sono strettamente connessi con le **MALATTIE METABOLICHE**, termine usato per riferirsi al DIABETE, alle alterazioni del COLESTEROLO (cosiddetta **DISLIPIDEMIA**), all'**OBESITÀ**, all'**IPERTENSIONE** e all'**IPERURICEMIA** e/o **GOTTA**. Anche la **STEATOSI EPATICA (FEGATO GRASSO)** ne fa parte.

La relazione fra le Malattie Metaboliche e le MCV è così stretta che si è coniato il termine di “ALLEANZA CARDIO-METABOLICA” (CJ Bailey in Diab Vasc Dis Res 2007): si sottolinea così il fatto che correggere presto i FR e evitare le Mal. Metaboliche, o curarle subito, assume oggi un'importanza cruciale al fine di prevenire ogni forma di Aterosclerosi, Infarto e Ictus compresi.

ATEROSCLEROSI, RISCHIO RIDOTTO DA: vita salubre
dieta corretta,
attività fisica,
stop fumo;
controllo di:
Pressione,
Dislipidemia,
Glicemia.

La SFIDA: individuare precocemente i soggetti ad ALTO RISCHIO e proporre interventi adeguati ad evitare lo svilupparsi dell'ATEROSCLEROSI e dei suoi effetti deleteri Cardio-Vascolari.

Non ignorare i FR

Se non vengono riconosciuti per tempo i fattori predisponenti all'aterosclerosi, o se sono ignorati o sottovalutati, si prenderanno provvedimenti quando oramai la MCV sarà manifesta, quindi tardivamente.

Una valutazione Cardio-Metabolica preventiva potrebbe evitarlo.

Questo tipo di valutazione (genericamente chiamata Check-up) va rivolta a persone senza segni di alterazioni evidenti per identificare coloro che, *in quanto portatori di un Rischio misconosciuto*, più probabilmente siano affetti da una malattia, senza saperlo, o che abbiano una elevata probabilità che, prima o poi, si manifesti una Malattia Cardiocircolatoria o il Diabete.



I miei suggerimenti

- esami di laboratorio specifici;
- valutazione da parte del medico Specialista in Malattie Metaboliche esperto in prevenzione;
- Sua relazione conclusiva, che esamini tutte le possibilità:



- * se assenza di rischio consistente o di malattia clinicamente evidente,
 - * *nessun provvedimento specifico, ma solo raccomandazioni;*
- * se presenza di rischio per MCV o segni clinici di questa, suggerimenti specifici quali:

* *valutazione cardio-vascolare (ECG, ECG cardiaco, score calcio coronarico e ecocolor-doppler vasi carotidei), ecografia addome superiore, suggerimenti terapeutici.*

Quale risultato atteso?

La definizione:

- * Dello stato di salute cardio-circolatorio;
- * del rischio di ammalarsi di diabete o di cuore;
- * della cura, se necessaria

Attività Fisica, 5 giorni /settimana



Esami iniziali consigliati

Gli esami suggeriti per definire l'esistenza di una Mal. Metabolica o per calcolare i FR sono semplici e di facile esecuzione:

- * Emocromo, PCR, Elettroforesi;
- * Glicemia, Esame urine, Creatininemia, Uricemia;
- * Transaminasi e GGT;
- * Colesterolo Totale, HDL Colesterolo, Trigliceridi.

Per alcune persone sono necessari esami di laboratorio ed accertamenti cardio-vascolari più sofisticati.