

# Ipertensione arteriosa linee guida europee 2013

Data: Invalid Date | Autore: Redazione

---



TRIESTE, 20 LUGLIO 2013 - Quanti soffrono di pressione alta ai giorni nostri? Una serie di fattori, tra cui quelli genetici, ma anche alimentazione, sedentarietà e stress sono caratteristiche comuni di una condizione patologica che interessa fino al 45% della popolazione europea.

La diffusione a macchia d'olio dell'ipertensione arteriosa è preoccupante perché ci rende più fragili: riduce silenziosamente, giorno dopo giorno, l'efficienza del sistema cardiovascolare; altera la normale funzionalità di organi preziosi come il rene; causa disabilità e morte per infarto o ictus.

Visto il ruolo centrale di questa patologia sugli aspetti sanitari ed economici della nostra società, rileva Giovanni D'Agata presidente e fondatore dello "Sportello dei Diritti" è opportuno portare all'attenzione del pubblico la rilevante circostanza che l'European Society of Hypertension (ESH) e l'European Society of Cardiology (ESC) hanno di recente aggiornato le precedenti linee guida del 2007 sull'ipertensione arteriosa semplificando alcuni aspetti di gestione terapeutica.

La raccomandazione principale è quella di ottenere una riduzione della pressione arteriosa sistolica sotto i 140 mmHg e della pressione diastolica sotto i 90 mmHg in tutti i pazienti ipertesi, anche in quelli definibili ad alto rischio: in questi pazienti, infatti, una riduzione più marcata (sotto i 130 mmHg) comporta un aumento di eventi coronarici.

Nel documento integrale si trovano tabelle e algoritmi con tutte le indicazioni su quando e come iniziare il trattamento. In buona sostanza viene promosso un trattamento su misura senza indicare una gerarchia d'uso per classi farmacologiche.

È però il medico a dover scegliere il farmaco più adatto alle condizioni cliniche di ciascun paziente ricordando, ad esempio, la maggior utilità di ACE inibitori o sartani in pazienti con microalbuminuria o danno renale, così come la controindicazione per i betabloccanti negli asmatici.

Altri aspetti fondamentali da non scordare sono il controllo della pressione arteriosa a casa, oltre a quello ambulatoriale, così come la necessità di una valutazione globale dei fattori di rischio cardiovascolari per ogni soggetto trovato iperteso.

Per tutti, ipertesi e sani, le linee guida ricordano l'importanza vitale dei corretti stili di vita:

- ridurre il consumo complessivo di sale a 5-6 g al giorno;
- moderare l'assunzione di alcol;
- controllare il peso corporeo;
- praticare esercizio fisico regolarmente;
- smettere di fumare. [MORE]