



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI **BIELLA**

LA PREVENZIONE CARDIO VASCOLARE NELLA DONNA

M. Tonella

LE FEMMINE NON SONO UOMINI IN MINIATURA...

Marianne J. Legato è stata la prima donna a raccontare la sua battaglia per dare dignità alle differenze tra uomini e donne in cardiologia, facendo nascere quella che oggi prende il nome di **MEDICINA DI GENERE**

LA MEDICINA DI GENERE

- Studia le differenze di base tra l'uomo e la donna, per poter diagnosticare e trattare nel modo più opportuno una data malattia, a seconda del genere della persona a cui sono finalizzate le cure.
- Il concetto di diversità fisiologica e patologica tra l'uomo e la donna è di recente acquisizione (1991)

ANCHE LA DONNA SOFFRE DI MALATTIE CARDIOVASCOLARI

E' opinione diffusa che le malattie cardiovascolari siano un problema tipicamente maschile.

La donna in età fertile ha sicuramente un rischio inferiore grazie all'ombrello estrogenico.

Ma in menopausa il rischio aumenta progressivamente fino a superare quello maschile.

DONNE

Malattie cardiache e ictus cerebrale

1^a

CAUSA DI MORTE E INVALIDITA'
NEL MONDO OCCIDENTALE

OCCORRE QUINDI:

- **MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA**
- **ADEGUATA PREVENZIONE**

FATTORI DI RISCHIO

- In aumento nelle donne più giovani
- Il diabete si associa ad un rischio due volte maggiore rispetto agli uomini
- Fumo e ipertensione maggiore rischio di ictus nelle donne
- Rischio legato alla gravidanza

Fumo
Ipertensione
Livello di colesterolo nel sangue
Obesità
Sedentarietà
Diabete mellito
Età
Sesso maschile
Familiarità per cardiopatia ischemica

RISCHI NELLA DONNA

PILLOLA ANTICONCEZIONALE

- Controllo pressione arteriosa
- Smettere di fumare

IPERTENSIONE

- Controllo soprattutto nelle gravidanze avanzate
- Attenzione a diabete ipertensione e obesità (*preeclampsia*)

RISCHI NELLA DONNA

MENOPAUSA O INTERVENTO CHIRURGICO RIMOZIONE OVAIE

- ↓ Colesterolo buono
- ↑ Colesterolo cattivo
- ↑ Pressione arteriosa
- Tendenza ad ingrassare
- Aumento glicemia

INFARTO NELLA DONNA

Le malattie cardiovascolari sono più gravi nella donna che nell'uomo

PERCHE'?

- Si manifesta in età più avanzata
- Coesistenza di più fattori di rischio
- Sintomatologia meno intensa
- Tendenza a sottovalutare e trascurare i sintomi

INFERMIERI E PREVENZIONE

- “L’assistenza infermieristica è servizio alla persona, alla famiglia e alla collettività. Si realizza attraverso interventi specifici, autonomi e complementari di natura intellettuale, tecnico-scientifica, gestionale, relazionale ed educativa.”

Art.2 Codice Deontologico Infermieri

INFERMIERI E PREVENZIONE

“L'infermiere promuove stili di vita sani, la diffusione del valore della cultura della salute e della tutela ambientale, anche attraverso l'informazione e l'educazione. A tal fine attiva e sostiene la rete di rapporti tra servizi e operatori”

Art. 19 Codice Deontologico Infermieri

EFFICACIA DELLA PREVENZIONE

2 BUONE RAGIONI

- Le diverse cure mediche, anche le più sofisticate se intraprese dopo che la malattia si è già manifestata non sono più in grado di ristabilire completamente la salute.
- E' stato dimostrato che attraverso la prevenzione si può diminuire in modo consistente la frequenza della cardiopatia ischemica.

DA COSA DIPENDE IL SUCCESSO DELLA PREVENZIONE??

- Stato socioeconomico
- Livello culturale
- Ruolo nella famiglia e nella società
- Possibilità di esercitare un controllo sulla propria vita
- Possibilità di accedere alle strutture sanitarie

SETTE REGOLE PER VIVERE IN BUONA SALUTE

1. Non fumare
2. Seguire un'alimentazione povera di grassi
3. Aumentare il consumo di fibre
4. Controllare il peso corporeo
5. Controllare la pressione arteriosa
6. Praticare attività fisica
7. ...e per ultima

Imparare a rilassarsi...

A prendersi del tempo per vivere!