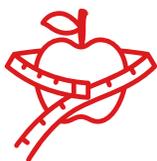


Prevenzione



Dieta equilibrata



Praticare esercizio fisico regolarmente



Abolire fumo, moderare alcool



Imparare a gestire lo stress



Misurare e controllare regolarmente: pressione, glicemia e colesterolo



Con il patrocinio di



A.L.I.Ce.
Associazione per la Lotta all'Itico Cerebrale
FEDERAZIONE ITALIA O.D.V.



Conacuore
ODV
COORDINAMENTO NAZIONALE
ASSOCIAZIONI DEL CUORE



Fondazione italiana per il cuore

Associazione senza scopo di lucro
Riconoscimento giuridico n. 14.12.649

Con il contributo non condizionante di



Daiichi-Sankyo



Salute Cardiovascolare



Malattie Cardiovascolari

Le malattie cardiovascolari sono una serie di disturbi che coinvolgono il cuore e i vasi sanguigni. Alcune delle malattie cardiovascolari più comuni includono:

- Infarto miocardico
- Ictus
- Ipertensione
- Insufficienza cardiaca
- Arteriopatia periferica
- Aritmie cardiache

A livello globale, un terzo delle cardiopatie ischemiche è attribuibile all'ipercolesterolemia, che causa 4,4 milioni di decessi all'anno.

Valori elevati di colesterolo LDL nel sangue costituiscono un fattore cruciale che causa danno cardiovascolare, costituendo il maggior rischio. In Italia, almeno 7,5 milioni di persone sono coinvolte in problemi correlati, con l'ipercolesterolemia che colpisce il 23% delle donne e il 21% degli uomini.



Fibrillazione Atriale

La **Fibrillazione Atriale** è un'irregolarità del ritmo cardiaco che può portare a gravi complicazioni come l'**ictus**. In Italia, colpisce circa il 2% della popolazione, con prevalenza fino al 10% tra gli over 75.

Sintomi della Fibrillazione Atriale possono variare e includono:

- Palpitazioni
- Affaticamento
- Respiro corto
- Dolore toracico
- Capogiri o Vertigini

Ictus

L'ictus è un'interruzione del flusso sanguigno al cervello che causa danni cerebrali.

Sintomi dell'ictus appaiono improvvisamente e possono includere:

- Intorpidimento, debolezza o perdita di sensibilità da un lato del corpo
- Stato confusionale
- Incapacità o fatica a parlare correttamente
- Alterazione dell'equilibrio
- Problemi visivi (uno o entrambi gli occhi)
- Fortissimo ed improvviso mal di testa

Dislipidemia

La **Dislipidemia** riguarda livelli anormali di colesterolo e trigliceridi nel sangue. Colpisce il 20-30% degli adulti italiani, con prevalenza maggiore sopra i 50 anni.

Per maggiori informazioni rivolgersi al proprio medico curante



Legame tra cuore e cervello

La salute cardiovascolare e quella cerebrale sono strettamente interconnesse, e mantenere in buona salute uno di questi organi contribuisce direttamente alla salute dell'altro. Il cuore pompa sangue ricco di ossigeno e nutrienti al cervello, garantendogli l'energia necessaria per funzionare correttamente. D'altro canto, il cervello regola il ritmo cardiaco attraverso il sistema nervoso autonomo. Questo scambio costante è essenziale per mantenere l'omeostasi e il benessere generale del corpo. Prendersi cura della salute cardiovascolare non solo protegge il cuore ma anche il cervello, riducendo il rischio di gravi patologie.