



## **Anche le donne giovani devono pensare al loro cuore**

Le malattie cardiovascolari sono sempre più frequenti nelle donne di qualsiasi età. Negli ultimi anni si è riconosciuto che alcune condizioni tipicamente legate al sesso e al genere femminile possono incidere sullo sviluppo delle malattie cardiovascolari.

### **1. Informerò sul ruolo rilevante che i disturbi della sfera ginecologica hanno nell'aumentare il rischio di sviluppare la malattia cardiovascolare**

Alcune condizioni ginecologiche come la sindrome dell'ovaio policistico, l'endometriosi, gli aborti spontanei aumentano il rischio cardiovascolare. Le donne affette da sindrome dell'ovaio polistico hanno un rischio più elevato di sviluppare diabete, ipertensione arteriosa e dislipidemia: in età fra i 30 e 40 anni dovrebbero essere indirizzate ad una valutazione del rischio cardiovascolare.

### **2. Informerò sul ruolo rilevante che i disturbi della gravidanza hanno nell'aumentare il rischio di sviluppare la malattia cardiovascolare**

Un aumento della pressione arteriosa (preeclampsia, un tempo chiamata anche gestosi) si verifica nel 3% - 5% di tutte le gravidanze. Ne deriva un rischio circa doppio di poter avere una malattia cardiovascolare rispetto alle donne normotese, che aumenta fin dai primi anni dopo il parto e si mantiene per tutto il resto della vita. Per questo motivo le misure di prevenzione cardiovascolare devono essere messe in atto precocemente e continuate a lunga scadenza.

### **3. Informerò sul ruolo rilevante che lo stress, specie se cronico, ha nello sviluppare e mantenere la malattia cardiovascolare**

Le disuguaglianze di genere determinano nelle donne di ogni età ed in particolare quando ancora giovani, difficoltà a gestire lo stress che deriva dal dover sostenere attività lavorativa, incombenze domestiche, responsabilità familiari, o da una condizione esistenziale pervasa da violenza culturale, economica, fisica. Una parte delle donne ha ancora scarsa consapevolezza che una condizione di stress cronico possa essere alla base di ansia elevata e depressione, che favoriscono abitudini di vita non salutari ed espongono ad un significativo rischio cardiovascolare.