



Le donne devono pensare al loro cuore

Le malattie cardiovascolari sono sempre più frequenti nelle donne di qualsiasi età. Le donne tuttavia hanno una percezione del rischio cardiovascolare inferiore alla realtà

1. Informerò sull'importanza per le donne di non minimizzare le proprie sensazioni di malessere, anche quando sembrano «essere lontane dal cuore».

Le malattie cardiache nelle donne, ed in particolare la malattie delle coronarie e l'infarto miocardico, si possono manifestare in maniera diversa rispetto agli uomini, spesso con sintomi comuni anche ad altre malattie: sensazione di stanchezza, sensazione di svenimento, dolori al collo o alla schiena, mal di stomaco, dolore addominale. E' importante che la donna non sottovaluti i propri sintomi e si rivolga al medico per non ritardare una diagnosi importante.

2. Informerò sul ruolo determinante della menopausa sul rischio di sviluppare la malattia cardiovascolare e «sfaterò» alcuni luoghi comuni sulla terapia ormonale sostitutiva

La menopausa rappresenta un momento di viraggio per il rischio cardiovascolare nella donna. Infatti la perdita dell'effetto protettivo degli estrogeni determina una serie di modificazioni metaboliche che favoriscono lo sviluppo e la progressione di fattori di rischio cardiovascolare quali ipertensione, diabete, dislipidemia.

In particolare nella menopausa precoce, la terapia ormonale sostitutiva può essere utilizzata anche nell'ipotesi di prevenire il rischio cardiovascolare, se iniziata precocemente. Non tutte le donne però ne possono trarre beneficio.

3. Informerò sul peso che hanno lo stress, la depressione ed il sentirsi sola nello sviluppare e gestire la malattia cardiovascolare

La donna è spesso sottoposta a forti pressioni sociali a causa dei molteplici ruoli imposti dal genere che le richiedono di gestire il tempo e fissare le priorità non ascoltando i propri bisogni.

Con l'avanzare dell'età, le donne sole e con poche risorse socio culturali ed economiche tendono ad un progressivo isolamento con lo sviluppo o l'aggravarsi della sintomatologia depressiva e la riduzione della cura di sé. Le donne anziane sole tendono spesso a trascurare i sintomi della malattia per timore di disturbare e/o per mancanza di una rete sociale di supporto.