

---

## La pressione arteriosa: cosa è, a cosa serve

**Autore:** Luciano Donati

**Fonte:** Città Nuova

Se è importante recarsi immediatamente al pronto soccorso nel caso insorgano i sintomi dell'infarto, ancora di più è bene sapere quali sono le cause che lo provocano. Tra queste, la più frequente è l'ipertensione arteriosa. Prevenirla o, se già presente, curarla, è quindi fondamentale. Disinnescare questa silenziosa bomba ad orologeria è fondamentale. Vuol dire fare prevenzione. Ma per capire come si può diventare ipertesi bisogna sapere cosa è la pressione arteriosa (P.A.) ed a che cosa serve. La possiamo definire la forza esercitata sulla parete delle arterie dal sangue circolante spinto ritmicamente dal cuore: risulta perciò dall'impulso del cuore da un lato e dalle resistenze elastiche opposte dalle arterie dall'altro. Così spinto il sangue, ricco d'ossigeno e di sostanze nutritive, giunge fino alle più piccole parti del corpo per alimentarle e mantenerle vitali. Ma la quantità di sangue necessario ad ogni organo varia a seconda delle esigenze. Ad esempio: il cervello, data l'importanza della funzione svolta per la vita, è un organo che richiede costantemente un'abbondante irrorazione; se si corre sono i muscoli a richiederne un aumento; quando si mangia è lo stomaco. Chi regola la spinta necessaria a far giungere il sangue laddove si determina il bisogno e contemporaneamente a mantenere nella norma la circolazione generale è una complessa interazione di fattori nervosi, ormonali, renali e vascolari che stabiliscono quale deve essere il giusto livello della P.A. Ma quali sono gli stimoli che determinano variazioni della P.A.? In pratica tutti quelli che ci provengono dall'ambiente in cui viviamo, sia fisici, come il freddo, il caldo, la fatica, sia psichici, come le paure, le gioie: insomma gli stress. Questi mettono in moto il sistema nervoso, che attraverso il midollo spinale va a stimolare il cuore e le pareti delle piccole arterie periferiche. Ognuno di noi avrà provato una paura: il cuore batte rapidamente, il respiro si fa più frequente, il palato diventa sgradevolmente secco, il volto si sbianca. Contemporaneamente il sistema endocrino mediante il surrene risponde con la produzione d'adrenalina, catecolamine, cortisone, aldosterone, ormoni che aumentano il tono delle arterie, la gettata ed il ritmo cardiaco e quindi la P.A. La cessazione degli stimoli che innalzano la pressione attivano i centri "depressori" che controbilanciano l'azione pressoria del simpatico e degli ormoni surrenalici, mediante il nono e decimo paio dei nervi cranici, situati sulla parete dell'arco aortico e sulle carotidi. La minore o maggiore elasticità delle piccole arterie, dal canto loro, nell'adeguarsi al fabbisogno dei tessuti da loro dipendenti, influisce in maniera importante sulla regolazione della P.A. Si tenga presente che tutti questi meccanismi agiscono simultaneamente ed in maniera interdipendente, a seguito di stimoli provenienti dai vari organi che "avvertono" del fabbisogno di sangue secondo le circostanze normali o d'emergenza. Nella prossimo numero diremo quando i valori della P.A. diventano rischiosi per la salute.