
Quando siamo a rischio

Autore: Luciano Donati

Fonte: Città Nuova

La pressione arteriosa esprime il grado di funzionamento di quel sistema idraulico che è l'apparato cardio-circolatorio. Essa è data da due valori, misurati in millimetri di mercurio (mm di Hg): la sistolica, o massima che è quella che si registra quando il cuore si contrae ed immette sangue nella circolazione; la diastolica, o minima, è quella presente nelle arterie tra una contrazione e l'altra. Normalmente essa varia nelle 24 ore: è più alta la mattina e la sera, più bassa durante la giornata e la notte. Un segno del passaggio dalla normalità all'ipertensione è la scomparsa di queste variazioni a causa dell'irrigidimento delle arterie. Il confine tra normalità ed ipertensione lo si è stabilito dopo indagini statistiche su gruppi di popolazioni sparse nel mondo. È il medico, dopo averla misurata per tre volte consecutive, in giorni diversi, che stabilisce se la vostra pressione è normale o elevata. All'inizio la misurerà in entrambe le braccia e, se c'è una differenza di valori, dovrà scegliere sempre quello in cui è più elevata. Valuterà inoltre, dopo una visita accurata e gli esami del caso, la presenza o l'assenza di segni su organi che possono essere interessati dall'ipertensione, o la coesistenza d'altri fattori aggiuntivi di rischio, come l'obesità, il diabete. Formulata la diagnosi di ipertensione saranno necessarie misurazioni successive che, per comodità, vanno fatte autonomamente.

Classificazione dell'ipertensione arteriosa con riferimento ad adulti di età pari o superiore a 18 anni

Pressione (mmHg)	Categoria	sistolica	diastolica
Normale*	120 *	Valori di pressione arteriosa ottimali per quanto concerne il rischio cardiovascolare sono inferiori a 120/80 mmHg. Tuttavia, valori particolarmente bassi dovrebbero essere oggetto di valutazione clinica. ** La diagnosi deve essere formulata sulla base della media di almeno tre misurazioni effettuate in ciascuna delle due o più visite di controllo successive allo screening iniziale.	=superiore