

GIORNATA MONDIALE CONTRO L'IPERTENSIONE ARTERIOSA

Iniziative per la Giornata Mondiale contro l'Ipertensione Arteriosa 2016

Gianfranco Parati^{1,2,3}, Camilla Torlasco^{1,2}

¹Dipartimento di Medicina e Chirurgia, Università di Milano-Bicocca

²Dipartimento of Scienze Cardiovascolari, Neurologiche e Metaboliche, Istituto Auxologico Italiano, Milano

³Presidente, Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa

La Giornata Mondiale contro l'Ipertensione Arteriosa, promossa dalla World Hypertension League e dalla Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa (SIIA) è giunta alla XII edizione nel 2016, rappresentando ormai un importante evento internazionale di sensibilizzazione della popolazione verso il principale fattore di rischio cardiovascolare. L'ipertensione arteriosa (IA), infatti, nonostante gli sforzi fatti per combatterla, è una condizione che interessa a tutt'oggi più del 40% della popolazione occidentale adulta¹. Una delle strategie più importanti nella lotta contro l'IA è la prevenzione primaria. Come indicato dalle principali linee guida europee e italiane^{2,3}, lo sviluppo di IA è grandemente influenzato da uno stile di vita scorretto. Paradossalmente, ottenere una modifica dello stile di vita in soggetti ipertesi, o a rischio di IA, è estremamente difficile.

Negli ultimi anni la Giornata Mondiale contro l'Ipertensione Arteriosa, una manifestazione di piazza che coinvolge cittadini di tutte le età, estrazioni sociali e condizioni di salute, è stata un'occasione preziosa per indagare le ragioni di questo fallimento e provare a individuare delle soluzioni. In particolare, negli ultimi 3 anni è stato elaborato un questionario, da somministrare ai partecipanti alla manifestazione, che ci ha permesso di indagare la conoscenza nella popolazione generale dei principali fattori di rischio cardiovascolare e delle conseguenze che può portare nel tempo l'IA. Grazie alla massiccia adesione degli sperimentatori SIIA, abbiamo intervistato con un test esplorativo 200 soggetti nel 2013 nella città di Milano, estendendo successivamente una breve intervista strutturata basata su un questionario a 6536 soggetti nel 2014, sull'intero territorio nazionale.

L'analisi dei dati raccolti ha mostrato come le persone siano ben informate sull'influenza dello stile di vita sulla pressione arteriosa e su quali abitudini sia consigliabile seguire, ma non siano sufficientemente consapevoli delle conseguenze negative di un aumento della pressione arteriosa che persista negli anni senza essere controllato^{4,5}. La conclusione che ne abbia-

mo tratto è che la diffusione dei dettami per uno stile di vita sano è soddisfacente, ma le persone non sono adeguatamente motivate a seguirli perché non conoscono concretamente i rischi delle abitudini scorrette.

Nel 2015 anche il Gruppo Giovani SIIA ha partecipato attivamente alle attività della Giornata, elaborando e somministrando un questionario, versione ridotta di quello utilizzato nello studio iGAME, rivolto alla popolazione under 35. Il questionario, combinato con la misurazione della pressione arteriosa durante la manifestazione, indagava la prevalenza di ipertensione nella fascia di età 18-34 anni e la sua relazione con lo stile di vita. L'analisi, eseguita su quasi 500 soggetti, ha mostrato una prevalenza di IA dell'11%, associata a sesso maschile, sovrappeso e scorrette abitudini alimentari⁶. Questi soggetti rappresentano un importante target per azioni di prevenzione primaria volte a ottimizzarne lo stile di vita.

L'avvento delle nuove tecnologie e della cosiddetta e-Health, cioè l'uso dell'Information and Communication Technology (ICT) in campo sanitario, ha dato lo spunto per una nuova strategia per aumentare il grado di conoscenza della popolazione generale sul rischio cardiovascolare e aumentare il grado di coinvolgimento del paziente iperteso nella gestione della propria condizione. Abbiamo infatti sviluppato una applicazione per dispositivi mobili, "SIIA - conosco la tua pressione" patrocinata dalla SIIA, con multiple funzioni: divulgativa, di registrazione dei valori pressori del paziente (un "diario pressorio elettronico"), promemoria per l'assunzione di farmaci e con una funzione di ricerca della posizione e recapiti dei centri SIIA su tutto il territorio nazionale. Grazie alle nuove strategie comunicative/interattive dell'ICT abbiamo potuto sviluppare uno strumento agevole ma accattivante, che ha riscosso un ottimo successo tra il pubblico: nei primi 6 mesi di presenza sul mercato sono stati registrati più di 16 000 download. L'esperienza è stata talmente positiva che abbiamo ottenuto il patrocinio dell'ESH per lo sviluppo di una versione europea dell'applicazione SIIA, intitolata

EuroHypertension app. Rispetto alla versione originale italiana è stata implementata una funzione di raccolta dati a fini di ricerca e una funzione di trasmissione a distanza dei valori di pressione registrati per favorire l'interazione tra medico e paziente e facilitare una migliore gestione dell'IA stessa. Inizialmente in lingua inglese, è attualmente in corso la traduzione in francese, tedesco, spagnolo, olandese, portoghese e turco. Anche quest'anno la SIIA partecipa alla Giornata Mondiale contro l'Iipertensione Arteriosa con postazioni sparse in tutta Italia. Inoltre proporremo a tutta la popolazione di scaricare la nuova versione dell'app, ora supportata insieme da SIIA e ESH, invitando tutti in quei giorni ad inviarci tramite l'app installata sul telefonino le stesse semplici informazioni che chiediamo con la scheda compilata nelle postazioni mobili della Croce Rossa e negli Ospedali aperti al pubblico, insieme a 3 misure successive della pressione arteriosa. A tutti sarà inviato un

commento sui valori misurati con delle indicazioni semplici su eventuali azioni da intraprendere. Sempre nella Giornata Mondiale contro l'Iipertensione Arteriosa la collaborazione avviata tra SIIA, Club Alpino Italiano e Società Italiana di Medicina di Montagna consentirà la misura della pressione arteriosa in alcuni rifugi Alpini e Appenninici, mentre la collaborazione con la Marina Militare ci consentirà di effettuare misurazioni della pressione arteriosa sulla nave scuola Amerigo Vespucci e nei porti da questa raggiunti in quella settimana. Come gli altri anni verranno infine effettuate misurazioni della pressione arteriosa in occasione della partenza della gara automobilistica "Mille Miglia". Speriamo che l'accoglienza di queste iniziative SIIA da parte dei medici italiani e della popolazione sia calorosa come gli anni scorsi e di compiere un altro passo significativo nella sensibilizzazione della popolazione italiana su questo importante argomento.



App "SIIA – conosci la tua pressione"

per Android

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.momentomedico.sia&hl=it>

per iPhone/iPad

<https://itunes.apple.com/it/app/ipertensione-conosci-e-controlla/id921449612?mt=8>

App "ESH EuroHypertension"

per Android

<https://play.google.com/store/apps/details?id=it.youco.health>

Bibliografia

1. A global brief on hypertension. Silent killer, global public health crisis. World Health Day 2013. Geneva: World Health Organization, 2013.
2. Mancia G, Fagard R, Narkiewicz K, et al. 2013 ESH/ESC Guidelines for the management of arterial hypertension: The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Hypertension (ESH) and of the European Society of Cardiology (ESC). *J Hypertens* 2013;31:1281-357.
3. Volpe M, Agabiti Rosei E, Ambrosioni E, et al. 2012 Consensus document of the Italian Society of Hypertension (SIIA): strategies to improve blood pressure control in Italy: from global cardiovascular risk stratification to combination therapy. *High Blood Press Cardiovasc Prev* 2013;20:45-52.
4. Torlasco C, Santini F, Liu X, Faini A, Parati G. Awareness of hypertension consequences is less than awareness of risk factors for hypertension. *J Cardiovasc Med* 2014 Jun 27 [Epub ahead of print].
5. Torlasco C, Calvanese C, Faini A, Santini F, Borghi C, Parati G. Prevalence of hypertension and other cardiovascular risk factors in participants in the 2014 Hypertension World Day campaign in Italy. *J Hypertens* 2015;33(Suppl 1):e68.
6. Bruno RM, Pucci G, Rosticci M, et al. Association between lifestyle and systemic arterial hypertension in young adults: a national, survey-based, cross-sectional study. *High Blood Press Cardiovasc Prev* 2016;23:31-40.