



## L'attività fisica previene la vasculopatia periferica? L'esperienza di Framingham

**Data** 30 ottobre 2000  
**Categoria** cardiovascolare

**Obiettivo.** E' stato dimostrato che l'attività fisica previene molte patologie e ne cura molte altre. Mentre rappresenta un trattamento efficace per la vasculopatia periferica, nessuno studio ne ha analizzato l'efficacia nel prevenire la vasculopatia periferica.

**Metodi.** Uomini e donne del Framingham Heart Study sono stati esaminati con cadenza biennale dal 1948 per la presenza di vasculopatia periferica e altre malattie cardiovascolari, così come per i fattori di rischio di malattie cardiovascolari (fumo, peso, livello di colesterolo, pressione arteriosa, intolleranza al glucosio, e ipertrofia ventricolare sinistra). L'attività fisica è stata valutata nel 1956-58 utilizzando l'Indice di Attività Fisica di Framingham precedentemente validato. I soggetti sono stati inquadrati sulla base dei livelli valutati di attività fisica, e quindi raggruppati in quartini. Abbiamo verificato l'incidenza di vasculopatia periferica a 20 anni e a 36 anni di follow-up, aggiustando per i livelli iniziali di fattori di rischio per malattie cardiovascolari e per la presenza di altre malattie cardiovascolari. Abbiamo incluso nello studio 1745 uomini e 2220 donne che all'inizio erano esenti da vasculopatia periferica e malattie cardiovascolari, che hanno risposto alle domande sull'attività fisica e sono sopravvissuti almeno fino al primo follow-up.

**Risultati.** Fra i soggetti esenti da altre malattie cardiovascolari, l'incidenza di vasculopatia periferica a 30 e a 36 anni di follow-up è stata rispettivamente del 4.3% e del 5.3% negli uomini e del 2.3% e 4.5% nelle donne. Comprendendo coloro che avevano altre malattie cardiovascolari, l'incidenza di vasculopatia periferica a 20 e a 36 anni di follow-up è stata rispettivamente del 6.6% e del 11.1% negli uomini e del 3.9% e 7.9% nelle donne. Sia per gli uomini che per le donne non c'è stata differenza nell'incidenza di vasculopatia periferica tra il quartine meno attivo e ognuno dei tre quartini più attivi. Questa assenza di differenza si è mantenuta sia nelle analisi aggiustate solo per l'età, sia in quelle aggiustate per i fattori di rischio di malattie cardiovascolari. Non c'è stata inoltre alcuna differenza sia che venissero sia che non venissero inclusi pazienti con altre malattie cardiovascolari.

**Conclusioni.** L'attività fisica, mentre può essere un efficace trattamento per la vasculopatia periferica, non sembra prevenirla.

Journal of General Internal Medicine, Novembre 2000