



Ipertensione arteriosa: linee guida europee 2024

Data 07 novembre 2024
Categoria cardiovascolare

Le nuove linee guida della Società Europea di Cardiologia contengono una nuova classificazione della pressione arteriosa e prevedono un target più rigoroso dei valori pressori da raggiungere con la terapia.

Ipertensione arteriosa: linee guida europee 2024

L'European Society of Cardiology ha pubblicato le linee guida 2024 sull'ipertensione. In pratica vengono identificate 3 categorie di pressione arteriosa.

L'ipertensione viene definita per valori ≥ 140 mmHg per la pressione arteriosa sistolica (PAS) e ≥ 90 mmHg per quella diastolica (PAD). Per valori compresi tra 120 e 129 mmHg per la PAS e tra 70 e 89 mmHg per la PAD si parla di pressione arteriosa elevata, mentre quella non elevata è inferiore a 120/70 mmHg.

Per la diagnosi, anche se continua ad essere valida la misurazione da parte del medico o del personale paramedico, le linee guida sottolineano l'importanza del monitoraggio domiciliare e dell'ABPM (cosiddetto Holter pressorio).

Per i soggetti con pressione $\geq 130/80$ mmHg si consiglia di valutare il trattamento considerando anche il rischio cardiovascolare globale. In questa categoria vengono considerati meritevoli di trattamento quelli con nefropatia cronica moderata/grave, quelli con malattie cardiovascolari, con diabete o ipercolesterolemia familiare, così come quelli con un rischio calcolato di eventi cardiovascolari a 10 anni $\geq 10\%$ (utilizzando lo SCORE2 o SCORE2-OP per i soggetti con più di 70 anni). Il trattamento è consigliato nel caso i cambiamenti dello stile di vita siano insufficienti dopo 3 mesi.

Il target del trattamento antipertensivo è compreso, per la maggior parte dei pazienti, tra 120 e 129 mmHg, a patto che il trattamento sia tollerato. Nel caso la terapia comporti effetti collaterali come ipotensione ortostatica sintomatica oppure nei pazienti fragili, con ridotta aspettativa di vita o di età ≥ 85 anni il target della terapia può essere meno rigoroso.

Per quanto riguarda l'attività fisica le linee guida raccomandano almeno 75 minuti alla settimana di attività intensa oppure 150 minuti di attività moderata. Da associare 2-3 volte alla settimana degli esercizi di resistenza e di tipo isometrico. A meno che non vi sia una nefropatia grave è consigliato aumentare l'introduzione di potassio o con integratori o con frutta e verdura.

La denervazione renale è un'opzione nei pazienti con ipertensione resistente a 3 o più farmaci, una volta esclusa una forma secondaria. La denervazione non è consigliata nei soggetti con nefropatia grave.

Per quanto riguarda la terapia si consiglia ancora di iniziare nella maggior parte dei pazienti con 2 farmaci a dosaggio ridotto oppure con un solo farmaco nel caso di pressione elevata, ma per il resto non ci sono novità sostanziali.

Che dire? Queste nuove linee guida usano una terminologia diversa ma in pratica dicono quello che già sapevamo: se è vero che l'ipertensione è definita ancora per valori $\geq 140/90$ mmHg, il target del trattamento diventa più stringente e ora la terapia può essere prescritta anche nei soggetti con valori compresi tra 130/139 mmHg per la PAS e di 70-89 mmHg per la PAD. Ovviamente dopo aver tentato con i cambiamenti dello stile di vita. Questo è vero per i pazienti a rischio più elevato ma temiamo che, nella pratica clinica, si possa assistere a una ipermedicalizzazione con trattamento anche di persone del tutto asintomatiche e a basso rischio solo perché hanno, per esempio, una pressione arteriosa di 135/80 mmHg. Dobbiamo sempre considerare che una terapia, oltre ai benefici, comporta anche degli effetti collaterali e che probabilmente per queste categorie a basso rischio il beneficio, che potrà esserci a livello di popolazione, nel singolo paziente potrebbe essere clinicamente trascurabile. In altre parole: teniamo conto di quanto dicono le linee guida ma poi usiamo il nostro giudizio clinico per decidere nel singolo paziente.

Consigliamo i lettori di consultare le linee guida originali perché contengono degli utili algoritmi di comportamento.

Renato Rossi

Bibliografia

McEvoy JW et al. 2024 ESC Guidelines for the management of elevated blood pressure and hypertension: Developed by the task force on the management of elevated blood pressure and hypertension of the European Society of Cardiology (ESC) and endorsed by the European Society of Endocrinology (ESE) and the European Stroke Organisation (ESO)

European Heart Journal, ehae178, <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehae178>

Published: 30 August 2024