Prevenzione primaria dell'ictus

Data 30 ottobre 2024
Categoria neurologia

Sono state pubblicate le linee guida sulla prevenzione primaria dell'ictus.

L'American Stroke Association e l'American Heart Association hanno pubblicato delle linee guida per la prevenzione primaria dell'ictus . Ne riassumiamo brevemente le raccomandazioni principali.
Anzitutto le linee guida pongono l'accento sull'importanza di un corretto stile di vita. Viene consigliata la dieta mediterranea che ha dimostrato di ridurre il rischio di ictus. Nei pazienti ipertesi è ragionevole ricorrere ai sostituti del sale. Viene ricordata anche l'importanza di una regolare attività fisica (almeno 150 minuti alla settimana di attività di intensità moderata o 75 minuti di attività intensa). Importante anche ridurre il sovrappeso e l'obesità e, nei fumatori, smettere di fumare. Nei pazienti con OSAS è indicata la CPAP.
Le linee guida passano poi ad esaminare il comportamento da tenere nei pazienti con diabete, in particolare consigliano di usare i GLP-1 agonisti che si sono dimostrati efficaci nel ridurre il rischio di ictus.
Negli ipertesi è raccomandato un target dei valori pressori inferiore a 130/80 mmHg; in molti pazienti sono necessari almeno due farmaci per raggiungere l'obiettivo. Di prima scelta: tiazidici e diuretici simil-tiazidici, ace-inibitori, antagonisti del recettore dell'angiotensina II, calcioantagonisti.
Per ridurre il rischio di ictus è necessario anche usare una statina nei soggetti con valori di LDL colesterolo >/= 190 mg/mg oppure quelli con rischio di eventi cardiovascolari a 10 anni >/= 20% oppure >/= 7,5 % con almeno un altro fattore di rischio cardiovascolare.
Le linee guida esaminano altri punti importanti (consigliabile la consultazione del documento originale citato in bibliografia):
1) stenosi carotidea asintomatica;
2) stenosi asintomatica dei piccoli vasi cerebrali;
3) pazienti con emicrania;
4) pazienti con falcemia;
5) pazienti con disordini della coagulazione o malattie autoimmuni;
6) soggetti che usano droghe o sostanze;
7) donne in gravidanza, in menopausa o con endometriosi;
8) contraccezione ormonale.

Da ultimo il documento si occupa dei pazienti con cardiopatie e dell'uso degli antiaggreganti. A questo proposito ricordiamo la serie di pillole che abbiamo dedicato alle recenti linee guida sulla fibrillazione atriale.

RenatoRossi

Bibliografia

Bushnell C, Kernan WN, Sharrief AZ, Chaturvedi S, Cole JW, Cornwell WK 3rd, Cosby-Gaither C, Doyle S, Goldstein LB, Lennon O, Levine DA, Love M, Miller E, Nguyen-Huynh M, Rasmussen-Winkler J, Rexrode KM, Rosendale N, Sarma S, Shimbo D, Simpkins AN, Spatz ES, Sun LR, Tangpricha V, Turnage D, Velazquez G, Whelton P. 2024 Guideline for the Primary Prevention of Stroke: A Guideline From the American Heart Association/American Stroke Association. Stroke. 2024 Oct 21. doi: 10.1161/STR.0000000000000475. Epub ahead of print. PMID: 39429201.