



**COSTRUIRE
SALUTE**
Le persone prima di tutto

CONOSCERE E PREVENIRE Sintomi dell'infarto del miocardio nell'uomo e nella donna



Collana editoriale a cura di
Ufficio Speciale Comunicazione per la Salute
Dirigente responsabile
dott.ssa Daniela Segreto

Conoscere l'infarto nell'uomo e nella donna

- L'infarto del miocardio consiste nella morte delle cellule del miocardio per l'occlusione di una o più arterie coronarie e può essere letale.
- I sintomi non sono gli stessi nell'uomo e nella donna e pertanto identificarli fin da subito può salvarvi la vita e permettervi una buona guarigione.

È importante sapere che...

- Almeno l'8% della popolazione italiana muore per infarto del miocardio.
- L'infarto del miocardio non si manifesta allo stesso modo nell'uomo e nella donna e spesso i sintomi sono poco conosciuti.
- Le donne dopo la menopausa sono più a rischio di infarto del miocardio rispetto agli uomini.
- Le donne che hanno l'infarto del miocardio generalmente soffrono anche di altre malattie (come il diabete e l'ipertensione) e/o sono trattate più tardivamente.



Sintomi classici, più comuni nell'uomo

- Dolore intenso localizzato allo sterno, che si manifesta inaspettatamente, e che può estendersi al braccio sinistro;



Altri sintomi, più insoliti ed insidiosi, generalmente più frequenti nella donna

- Dolore in una o più parti del corpo: collo, mandibola, braccio destro, braccio sinistro, schiena

- Difficoltà a respirare
- Stanchezza
- Nausea
- Capogiri
- Sudorazione
- Svenimento

Il dolore toracico retrosternale è raro nelle donne.

In caso di infarto del miocardio

Se subito dopo l'infarto del miocardio avviene l'arresto cardiaco, il tempo a disposizione per agire tempestivamente è molto breve. Pertanto, è necessario richiedere subito assistenza medica contattando il 112 o il 118. In attesa dei soccorsi, è necessario effettuare subito la rianimazione cardiopolmonare! Si tratta di manovre salvavita abbastanza semplici da fare ma estremamente importanti. Ecco cosa fare (*Fig. 1*):

- Accertati che non ci siano pericoli sul posto in cui praticherai la rianimazione cardiopolmonare (valutazione ambientale);
- Valuta lo stato di coscienza, la risposta agli stimoli della persona potenzialmente in arresto cardiaco e l'attività respiratoria (valutazione primaria);
- Se il soggetto è incosciente e non respira, in attesa del defibrillatore semiautomatico esterno (DAE), inizia il massaggio cardiaco con 100 – 120 compressioni/minuto di adeguata profondità e con corretta riespansione del torace;
- Il defibrillatore deve essere portato sul posto e avviato senza alcuna esitazione.



Come prevenire l'infarto del miocardio?

- Smettere di fumare;
- Controllare i livelli di pressione arteriosa, di glucosio e di colesterolo e intraprendere le cure necessarie se sono superiori ai valori normali;
- Mantenere il peso entro i limiti della norma;
- Svolgere attività fisica moderata per almeno 150 minuti/settimana, mentre quella intensa per 75 minuti/settimana;
- Fare un'alimentazione sana, povera in grassi e in sale.

RCP rianimazione cardio polmonare



Fonte fig.1: Panchal AR, Bartos JA, Cabañas JG, Donnino MW, Drennan IR, Hirsch KG et al. Part 3: Adult Basic and Advanced Life Support: 2020 American Heart Association Guidelines for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care. Circulation 2020; 142: S366–S468. Figure 1, 2020 American Heart Association Chains of Survival for IHCA and OHCA; p. S370i

Fig. 1

Per ogni ulteriore informazione contatta il **medico di famiglia** o la tua **ASP di riferimento**.

Hanno partecipato alla redazione della presente brochure
Giuseppa Minutolo e Salvatore Pipitone