

FAQ LA MALATTIA DEL MESE: TUTTO SULLA IPERTENSIONE ARTERIOSA PEDIATRICA

Ugo Giordano, Gruppo di Studio SIP Ipertensione arteriosa e rischio cardiovascolare; Responsabile Alta Specializzazione Ipertensione Arteriosa Dipartimento Medico-Chirurgico di Cardiologia Pediatrica, Ospedale Pediatrico Bambino Gesù (Roma)

Maria Chiara Matteucci, Gruppo di Studio SIP Ipertensione arteriosa e rischio cardiovascolare; Divisione di Nefrologia e Dialisi Dipartimento di Pediatrie Specialistiche, Ospedale Pediatrico Bambino Gesù (Roma)

Cosa è e quanti bambini ne soffrono

Per ipertensione arteriosa si intende la presenza di valori di pressione arteriosa, misurata al braccio destro in posizione seduta, costantemente superiori al 95° centile calcolato secondo tabelle di riferimento per età, altezza e sesso. Si stima una prevalenza nella popolazione italiana pediatrica di circa il 5%.

Quali sono le cause

Le cause sono molteplici e dipendono dall'età in cui l'ipertensione arteriosa insorge. Si stima che nella pre-adolescenza il 70-85% dei casi sia dovuto a cause secondarie (cioè patologie cardiologiche, renali, endocrine o oncologiche) mentre nel restante 15-30% sia di tipo primario (cioè su base eredo-familiare). Viceversa in adolescenza prevale la forma di tipo primario nel 85-90% dei casi.

Quali sono i sintomi

I sintomi sono di solito aspecifici. Possono essere presenti cefalea, epistassi (sangue dal naso), difficoltà di concentrazione, irritabilità, vomito, vertigini, dolore toracico, sincope e disturbi visivi anche se generalmente i bambini sono asintomatici.

Come può essere diagnosticata

Il primo approccio è legato alla misurazione della pressione arteriosa in corso di visita pediatrica. Sono disponibili Linee Guida pediatriche che forniscono indicazioni precise su valori di riferimento, modalità di misurazione e dimensioni del bracciale. Una volta confermata la presenza di valori pressori elevati il bambino deve essere indirizzato ad un Centro Specializzato che procede all'iter diagnostico successivo.

Quali sono le complicanze

Le complicanze della malattia non diagnosticata o non curata riguardano i cosiddetti "organi bersaglio" come il cuore, con l'ipertrofia del ventricolo sinistro, il rene con la proteinuria e l'insufficienza renale di vario grado, l'occhio con alterazione dei vasi retinici, e la vasculopatia cerebrale. Lo sviluppo od il verificarsi di tale complicanze dipende dalla durata e dal grado di ipertensione arteriosa non controllata o diagnosticata. Tale danno d'organo, specie in età

pediatrica, è generalmente reversibile dopo adeguato trattamento farmacologico o comportamentale. I problemi sociali connessi all'ipertensione arteriosa sono un evento raro in età pediatrica e dipendono dal tipo di organo colpito.

Come si cura

L'approccio terapeutico iniziale è il controllo dell'eccesso ponderale, se presente, e la modifica delle abitudini alimentari, in particolare una dieta a basso contenuto di sodio (sale da cucina e cibi salati) e del quantitativo calorico giornaliero. Se queste misure non fossero sufficienti è necessario associare anche una terapia farmacologica. Sono oggi disponibili ed autorizzati anche in Pediatria numerosi tipi di farmaco.

Come prevenirla

La prevenzione si basa prima di tutto sulla consapevolezza che se il bambino è figlio di genitori ipertesi può essere già affetto da ipertensione arteriosa (cosiddetta "primaria o essenziale"). E' ben noto il fatto che figli di ipertesi presentano già in età giovanile valori pressori che, anche se normali, si posizionano nella fascia alta della normalità e necessitano quindi di maggiore sorveglianza da parte del curante.

Mantenere un rapporto peso/altezza adeguato, praticare regolarmente un'attività sportiva, controllare l'introito di sodio e calorie nella dieta (ad esempio cibi salati, bevande gassate e zuccherate etc) e misurare regolarmente, in occasione dei controlli pediatrici di routine, la pressione arteriosa.

Consigli per i genitori

Si raccomanda l'educazione alimentare, come già esposto, perché è oggi chiaro che l'aumento della prevalenza di ipertensione arteriosa è legato strettamente all'aumento della prevalenza, a livello mondiale nei Paesi sviluppati, dell'obesità.

Recarsi regolarmente ai controlli pediatrici previsti eseguendo la misurazione della pressione arteriosa nel corso della visita ed informare il Pediatra se è presente ipertensione arteriosa in famiglia.

Evitare la sedentarietà (videogiochi, TV per periodi prolungati) e promuovere la pratica regolare di qualsiasi attività sportiva (evitare solo gli sport di potenza quali sollevamento pesi o culturismo).