

Se la pressione sale



L'**ipertensione arteriosa** "da camice bianco" è un fenomeno frequente: quando misuriamo la pressione dal dottore i valori sono più alti, mentre risultano normali all'automisurazione a domicilio. Opposta è l'ipertensione "mascherata": la pressione dal medico è normale, misurata a casa mostra valori elevati. Oggi in quasi tutte le case è presente un misuratore di pressione; piccoli apparecchi facili da usare e per lo più digitali che consentono con una facile manovra il controllo del dato. C'è chi già sta studiando un'app al fine di acquisire i dati attraverso un selfie o il telefonino. Quest'utilizzo costante dell'apparecchiatura ha permesso di scoprire il fenomeno dell'ipertensione "mascherata", stimata per un 4-5% della popolazione. E allora come regolarsi? Da tempo esiste la possibilità di effettuare il **monitoraggio della pressione arteriosa per 24 ore consecutive** con un semplice dispositivo che ha il vantaggio non trascurabile di valutare il valore della pressione arteriosa al di fuori di ogni contesto sanitario e, soprattutto, durante il normale svolgimento della giornata, persino di notte, rivelando così se la pressione arteriosa sale durante il sonno, oppure, come dovrebbe essere, scende.

Ma allora tutti noi dobbiamo effettuare questa analisi? Come facciamo a sapere se siamo ipertesi mascherati visto che dal medico la pressione è normale? Diciamo che è opportuno eseguire il monitoraggio dinamico della pressione arteriosa in quei soggetti che, pur presentando valori normali alla misurazione dal medico, sono portatori di elementi di rischio quali familiarità per pressione alta, diabete, eccesso di peso, fumo ecc, allo scopo di stanarli e di verificare se la loro pressione, a un controllo basale, non ha, per caso, ...indossato la maschera!