

## Quando è importante fare una visita di controllo al cuore

**Pubblicato:** Lunedì 25 Luglio 2022



L'organo più importante del corpo è la vita che funziona in modo indipendente. Non possiamo certo controllarlo. Lui batte in base alla quantità di sangue e ossigeno che deve pompare. Sotto sforzo ha un aumento del ritmo, per gestire il **respiro e le funzionalità anomale che cambiano**. Perfino quando si dorme, il **cuore, continua ad essere funzionante e pulsa in base a quello di cui ha bisogno**.

Purtroppo però ha delle problematiche da affrontare. Infatti sappiamo che esso può cedere, collassare, avere dei **problemi di pulsazioni, ma quello che oggi si sta scoprendo**, essendo una condizione sempre più allarmante per tutti, grandi e piccini, è che oggi è diventano debole.

Lo **stile di vita incide particolarmente sulle pulsazioni e sulla resistenza dell'organo cardiaco. La pessima alimentazione, il fumo, il bere, la carenza di attività fisica o perfino il suo eccesso, l'aria sporca che si respira e le polveri sottili**, aumentate, appesantiscono il cuore. Non solo coloro che hanno delle malattie pregresse devono preoccuparsi di farlo controllare, ma tutti.

I consigli dei cardiologi sono chiari, c'è bisogno di fare attenzione ai piccoli indizi. Dunque cerchiamo di non dimenticarsi che il nostro corpo è fragile e, nonostante non vediamo quello che succede all'interno, il cuore da tanti indizi su quando ha bisogno di un controllo.

### **Siamo tutti malati di cuore?**

In parte possiamo essere tutti malati di cuore, alcuni in modo grave, altri invece iniziano a provare dei

fastidi e malesseri, non identificabili, che sono poi rapportabili a quest'organo. Ecco perché è fondamentale che si presti attenzioni a quali sono i piccoli indizi.

Per esempio le **persone che soffrono di reflusso**, in fase acuta, iniziano ad avvertire un peso toracico dopo mangiato, che poi persiste per tutta la giornata, in modo particolare la sera, si potrebbe soffrire perfino di affanni respiratori.

**Mentre dopo aver fatto sport, il recupero e la tachicardia**, che si estende poi per diverse ore dal termine dell'allenamento, indica una qualche anomalia di sforzo intenso che non è recuperata dal cuore stesso. Ecco che dunque ci sono indizi.

Purtroppo è vero che proprio quest'organo è in grado di nascondere i suoi **problemi e malattie**. **Si deve cercare quindi di identificarle semplicemente con tachicardia, abbassamento della pressione**, eventuali stati di spossatezza estrema oppure con problemi di affanno.

### **Quando è bene fare dei controlli per il cuore**

Coloro che hanno dei **familiari diretti che hanno sofferto di problemi cardiaci o danni alla pressione**, devono assolutamente fare un **Controllo del cuore**. Questo è importantissimo poiché si ha a che fare con un problema ereditario di cui non si conosce l'evoluzione sul proprio organismo.

**Intorno ai 40 anni, tutti coloro che non hanno mai avuto alcun problema**, devono iniziare a pensare ad un primo controllo tanto per avere la certezza che il proprio stile di vita non abbia assolutamente creato eventuali fastidi o anomalie di pulsazione.

Gli **sportivi, coloro che hanno avuto o soffrono di malattie e patologie digestive** devono pensare che hanno caricato e continuano a caricare il lavoro del cuore e di conseguenza sapere come esso sta, non fa certo male, anzi.

Redazione VareseNews  
[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)