****COMUNICATO STAMPA

**Pressione arteriosa, attenzione a non trascurare i valori borderline.**

**Integrazione alimentare alleata per contrastare i primi segnali dell’ipertensione**

* *Un Documento di consenso della Società Europea dell’Ipertensione (ESH) conferma i benefici di un’integrazione a base di nutrienti/componenti di origine naturale dall’efficacia clinica dimostrata per tenere sotto controllo dislivelli pressori moderati (pressione normale-alta), senza ricorrere a un approccio di tipo farmacologico [1].*
* *Per ogni 2mm di riduzione della pressione sistolica nella popolazione generale è possibile ottenere una riduzione del 7% dell’incidenza di cardiopatia ischemica e del 10% dell’incidenza di ictus [2].*

**Milano, 1 luglio 2020 –** In Italia **una persona su 3 ha livelli di pressione non ottimale** **che mettono in pericolo la salute del cuore e delle arterie**. L’ipertensione arteriosa è infatti tra i principali fattori di rischio per l’insorgenza di malattie cardiovascolari (infarto del miocardio, ictus, scompenso cardiaco), che costituiscono la prima causa si morte nel nostro Paese con **240mila decessi** ogni anno. Quello che però spesso si sottovaluta è l’esistenza di un’anticamera dell’ipertensione, **la cosiddetta pressione normale-alta o pre-ipertensione**, che si manifesta con valori a ridosso di quelli patologici, sulla quale è opportuno **intervenire tempestivamente per evitare che negli anni si trasformi in ‘vera’ ipertensione. La buona notizia è questa condizione può essere tenuta sotto controllo con strategie di intervento non farmacologiche, grazie alla recente disponibilità di nuovi integratori alimentari specifici, da utilizzare sempre in abbinamento a modifiche dello stile di vita.**

Un recente **Documento di consenso della Società Europea dell’Ipertensione (ESH), pubblicato sul *Journal of Hypertension*** [2], ha infatti confermato che nei soggetti con livelli pressori borderline (compresi tra 130/139 mmHg per la massima e 85/89 mmHg per la minima), è raccomandato **l’utilizzo di alimenti funzionali, prodotti nutraceutici e componenti di origine naturale che si sono dimostrati efficaci nel controllo della pressione arteriosa in studi clinici** **randomizzati e controllati**. Il paper ribadisce quanto già affermato dalle **Linee Guida ESH/ESC** [3] circa la possibilità di ricorrere a un approccio non farmacologico in presenza di dislivelli pressori moderati (valori normali di pressione arteriosa sono considerati sistolica < 140 mmHg e diastolica < 90 mmHg).

Su questi temi si è confrontato un board di esperti in cardiologia e nutraceutica durante il webinar **“FIRST, un primo approccio naturale contro i primi segnali di ipertensione”**, organizzato da Neopharmed Gentili, azienda farmaceutica italiana specializzata nel trattamento delle principali patologie cardio-metaboliche.

Gli esperti hanno sottolineato l’importanza di non trascurare i primi segnali dell’ipertensione, ricordando che il rischio di morte per malattia cardiovascolare è direttamente proporzionale all’aumento dei livelli di pressione arteriosa, già a partire da valori di 115 mmHg sistolici e 75 mmHg diastolici.

*“Gli integratori alimentari sono prodotti efficaci e sicuri, in particolare nelle condizioni di cosiddetta pressione normale-alta. Esiste un’ampia letteratura scientifica a supporto dell’efficacia clinica di formulazioni naturali che combinano elementi in grado di modulare i livelli di pressione arteriosa”,* spiega il **Prof. Arrigo Cicero, Presidente della Società Italiana di Nutraceutica (SINut)** *- Magnesio, ortosifon, biancospino e ibisco sono tra i principali componenti con efficacia dimostrata nel contrastare i primi segnali dell’ipertensione. I meccanismi d’azione di queste sostanze sono per lo più correlati al ripristino dell’omeostasi vascolare (miglioramento della funzionalità endoteliale), con il vantaggio di non avere effetti collaterali ipotensivanti e risultando sicuri anche se utilizzati in soggetti fragili”.*

**Questi nutrienti hanno dimostrato di ridurre i valori di pressione arteriosa in media dai 2 ai 5 mm**, con un impatto diretto sulla prevenzione del rischio cardiovascolare associato all’ipertensione. *“È stato osservato -* continua il **Prof. Cicero** - *che per ogni 2mm di riduzione della pressione sistolica nella popolazione generale è possibile ottenere una riduzione del* ***7%*** *dell’incidenza di cardiopatia ischemica e del* ***10%*** *dell’incidenza di ictus”.*

Ognuno dei nutrienti attivi sulla pressione arteriosa ha un meccanismo d’azione principale e almeno uno ancillare additivo: il biancospino è un ACE-inibitore e presenta proprietà rilassanti, il magnesio ha un effetto rilassante e in parte anche vasodilatatore, l'ortosifon è diuretico ed ha un’azione secondaria ACE-inibitore, l'ibisco è infine un antiossidante, cui si associa anche un’azione additiva vasodilatatrice.

*“Come già ampiamente dimostrato nel caso dell’ipercolesterolemia, oggi gli integratori alimentari rappresentano un’arma in più a disposizione degli specialisti anche per la riduzione del rischio cardiovascolare correlato alle prime manifestazioni di ipertensione arteriosa”,* conclude il **Prof. Cicero**.

###

**Riferimenti bibliografici**

1 Nutraceuticals and blood pressure control: a European Society of Hypertension position document. J Hypertens. 2020 May;38(5):799-812. doi: 10.1097/HJH.0000000000002353.

2 Lewington et al. Lancet. 2002;360:1903-1913.

32018 Practice Guidelines for the management of arterial hypertension of the European Society of Hypertension and the European Society of Cardiology: ESH/ESC Task Force for the Management of Arterial Hypertension. J Hypertens 2018; 36:2284–2309.

###

**Per ulteriori informazioni:**

**Ufficio Stampa Value Relations**

Angela Del Giudice │ 392.6858392 │ [a.delgiudice@vrelations.it](mailto:a.delgiudice@vrelations.it)

Chiara Farroni │ 331.4997375 │ [c.farroni@vrelations.it](mailto:c.farroni@vrelations.it)