

EFFICACIA DI UN INTERVENTO EDUCAZIONALE NELL'IPERTENSIONE ARTERIOSA. RISULTATI DI UNO STUDIO CONTROLLATO.

L. Lambertucci, A. Monterecci, A. Fedeli, C. Martelli, K. Virag, M. Mannelli, R. Livi, M. Preziuso, D. Panerai, ML. Masini, L. Bracci, K. Baldini, W. Manelli, A. Ungar
Gruppo IPERCARE, Azienda Ospedaliero-Universitaria Careggi, Firenze.

Nei pazienti ipertesi il controllo pressorio è insoddisfacente e la terapia non farmacologica è poco attuata. Scopo dello studio è valutare l'efficacia di un intervento educativo multidisciplinare di gruppo rispetto alla terapia tradizionale. I pazienti ipertesi (stadio I e II) afferenti agli ambulatori del gruppo "Ipercare" (Ipertensione Careggi) sono stati suddivisi in due gruppi: Gruppo 1: sottoposti a educazione terapeutica strutturata per gruppi di pazienti e familiari (max 10 per gruppo), con 4 incontri settimanali e follow-up a 3 e 6 mesi, condotti da un'equipe con medico, infermiere, dietista, fisioterapista.

Gruppo 2: pazienti sottoposti alla sola terapia farmacologica.

Di tutti i pazienti si è valutato: BMI, circonferenza vita, pressione arteriosa e terapia farmacologica, ed un questionario su abitudini di vita e conoscenza su ipertensione e stile di vita. Dal settembre 2003 sono stati arruolati pazienti ipertesi con BMI 26-32. Gruppo 1: 133 paz. (età media

59±10 aa) e PA 150±16/87±9 mmHg. Gruppo 2: 142 paz. (età media 61±12 aa) e PA 150±13/87±12 mmHg. Nel gruppo 1, a parità di modifiche della terapia farmacologica, si è avuta una riduzione della pressione sistolica e diastolica significativamente più marcata rispetto al gruppo 2. Solo nel gruppo 1 si è avuta una riduzione significativa della pressione differenziale (gr. 1: da 60.3±3.2 basale a 54.6±2.1 mmHg a 6 mesi, $p<0.0001$; gr. 2: da 60.4±3.4 basale a 60.6±3.5 mmHg a 6 mesi, $p=ns$; MANOVA $p=0.0008$).

Il controllo pressorio è passato dal 21.8% al 59.7% nel gruppo 1 e dall'11.2% al 38.3% nel gruppo 2 a 6 mesi. Le abitudini alimentari e di vita sono nettamente migliorate dopo l'intervento educativo.

Un intervento educativo multidisciplinare in piccoli gruppi è in grado di favorire un adeguamento dello stile di vita ed un miglior controllo pressorio a parità di terapia farmacologica.