

Il Sistema Circolatorio



Numero di progetto: 2022-2-SK01-KA220-ADU-000102228



**Co-funded by
the European Union**

Contenuti



Che cos'è il sistema circolatorio?



Fattori di rischio per problemi circolatori



I problemi più comuni del sistema circolatorio



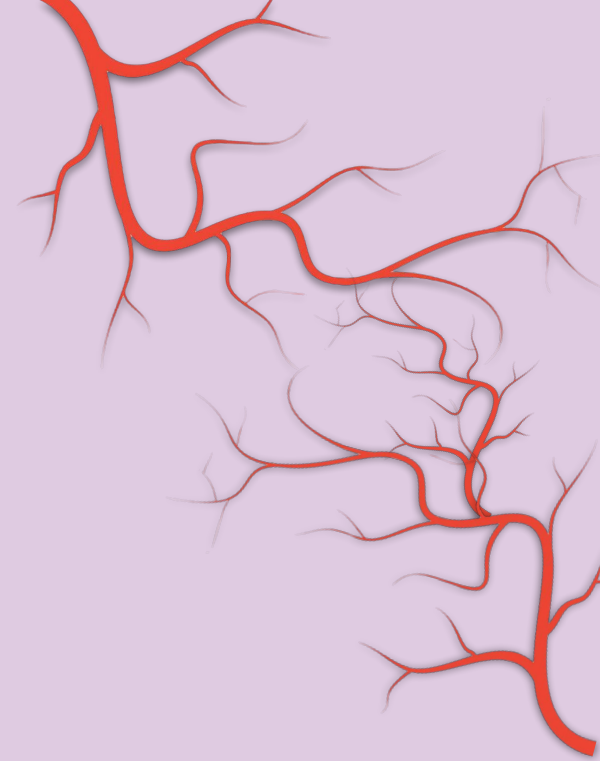
Cosa fare?



Specialisti



Risorse utili



Che cos'è il sistema circolatorio?

Il **sistema circolatorio** (CS), chiamato anche sistema cardiovascolare o vascolare, ha il **compito di spostare sostanze nutritive, gas e prodotti di scarto da e verso i tessuti del corpo**. Gli esseri umani hanno un sistema circolatorio chiuso con due parti principali: **la circolazione polmonare** e la **circolazione sistemica**.

La circolazione polmonare (o "piccola" circolazione) sposta il **sangue tra il cuore e i polmoni**. Inizia nel lato destro del cuore. Poi invia il sangue ai polmoni attraverso l'arteria polmonare. Nei polmoni, il sangue raccoglie l'ossigeno e poi ritorna al lato sinistro del cuore.

La circolazione sistemica (o "grande circolazione") sposta il **sangue tra il cuore e il resto del corpo**. Fornisce nutrienti e ossigeno alle cellule dell'organismo. Il sangue scorre dal lato sinistro del cuore attraverso le arterie e l'aorta fino a tutte le parti del corpo. Poi ritorna attraverso le vene al lato destro del cuore e prosegue nella circolazione polmonare.



Problemi circolatori

Fattori di rischio:

- ✘ ipertensione arteriosa
- ✘ colesterolo alto
- ✘ fumo
- ✘ sovrappeso e obesità
- ✘ dieta povera
- ✘ diabete
- ✘ stress intenso
- ✘ storia familiare



I problemi più comuni del sistema circolatorio

- **Ictus (incidente cerebrovascolare)**

Di solito, questo accade **quando il sangue improvvisamente non può fluire in una parte del cervello perché un coagulo di sangue blocca parzialmente o completamente il flusso**. Il cervello non riceve quindi l'ossigeno e le sostanze nutritive di cui ha bisogno.

Sintomi:

- Debolezza o paralisi di un lato del corpo (la persona potrebbe non essere in grado di sollevare un braccio, muovere una gamba o avere difficoltà a camminare);
- Paralisi su un lato del viso, spesso con un angolo della bocca cadente;
- Difficoltà a parlare o a capire il discorso (la persona può sembrare confusa);
- Problemi di equilibrio e coordinazione;
- Sensazione di vertigini e mal di stomaco;
- Forte mal di testa;
- Improvvisi problemi alla vista, come visione offuscata o perdita di parte della vista.

Se avete questi problemi, chiamate immediatamente un'ambulanza!



I problemi più comuni del sistema circolatorio

- **Pressione sanguigna alta (ipertensione)**

All'inizio, l'ipertensione arteriosa spesso non presenta sintomi. In seguito, i sintomi possono includere

- **Mi sento molto stanco;**
- **Forti mal di testa;**
- **Problemi di vista;**
- **Battito cardiaco irregolare;**
- **Sangue nelle urine;**
- **Difficoltà di respirazione;**
- **Dolore al petto.**

- **Malattie cardiache**

Le malattie cardiache comprendono:

- **Aterosclerosi;**
- **Angina pectoris;**
- **Attacco di cuore;**
- **Infarto;**
- **Cardiopatía ischemica.**



Cosa fare?

Prevenzione

Per ridurre questi problemi, è possibile:

- sottoporsi a **regolari controlli medici** per la pressione sanguigna, il colesterolo e la glicemia;
- **mangiare molta verdura, frutta e cereali integrali;**
- **mangiare meno zucchero, sale e grassi non salutari;**
- **fare regolarmente esercizio fisico** per mantenere un peso sano e migliorare la circolazione;
- **limitare l'alcol e il fumo;**
- **gestire lo stress** (provate la meditazione, lo yoga o la respirazione profonda);
- dormire a sufficienza;
- bere acqua a sufficienza.



Specialisti



Specialisti diversi, per problemi diversi



Cardiologo

Il cardiologo è un medico specializzato nella diagnosi e nel trattamento delle condizioni del cuore e dei vasi sanguigni. Esegue esami come ecocardiogrammi e test da sforzo per verificare la salute del cuore. I cardiologi forniscono anche consigli sui cambiamenti dello stile di vita e sui farmaci per migliorare la salute del cuore.



Cardiologo pediatrico

Studia e cura le malattie cardiache nei bambini e nei neonati.



Internista

L'internista è un medico che si occupa degli organi interni, come cuore, reni e fegato. Si occupa di un'ampia gamma di problemi di salute, compresi quelli del sistema circolatorio e del cuore.



Flebologo

I flebologi trattano i problemi delle vene del corpo. Si occupano di problemi come le vene varicose, che sono vene gonfie e possono essere dolorose, e i coaguli di sangue. Utilizzano diversi trattamenti, come iniezioni speciali o laser, per migliorare il flusso sanguigno.

Specialisti

Specialisti diversi per problemi diversi



Chirurgo vascolare

Il chirurgo vascolare è un esperto in procedure chirurgiche relative ai vasi sanguigni, compresi gli interventi su arterie e vene.



Radiologo cardiovascolare

Il radiologo cardiovascolare è uno specialista che utilizza metodi di imaging, come gli ultrasuoni (gli *ultrasuoni sono una tecnica di imaging medico che utilizza onde sonore ad alta frequenza per creare immagini dell'interno del corpo*) o l'angiografia (l'*angiografia è una tecnica di imaging medico utilizzata per visualizzare l'interno dei vasi sanguigni e degli organi, in genere per rilevare blocchi o anomalie*), per diagnosticare e monitorare le malattie vascolari.



Angiologo

L'angiologo è un medico specializzato nella diagnosi e nel trattamento di malattie legate ai vasi sanguigni, comprese arterie e vene.



Risorse utili

- Utilizzate la sezione "Health Library" del sito web **della Cleveland Clinic**, dove potete cercare sintomi, malattie, trattamenti e procedure per la salute di tutto il corpo.
<https://my.clevelandclinic.org/health>
- Utilizzate la sezione « Temi » del **sito web dell'Istituto Superiore di Sanità** per saperne di più su argomenti e dati sanitari nei diversi continenti.
<https://www.iss.it/>
- Altri video per saperne di più sul sistema circolatorio e tutto il corpo a [Canale Youtube FreeMedEducation](#)
Cuore e sistema circolatorio: come funzionano



PER SAPERNE DI PIÙ

