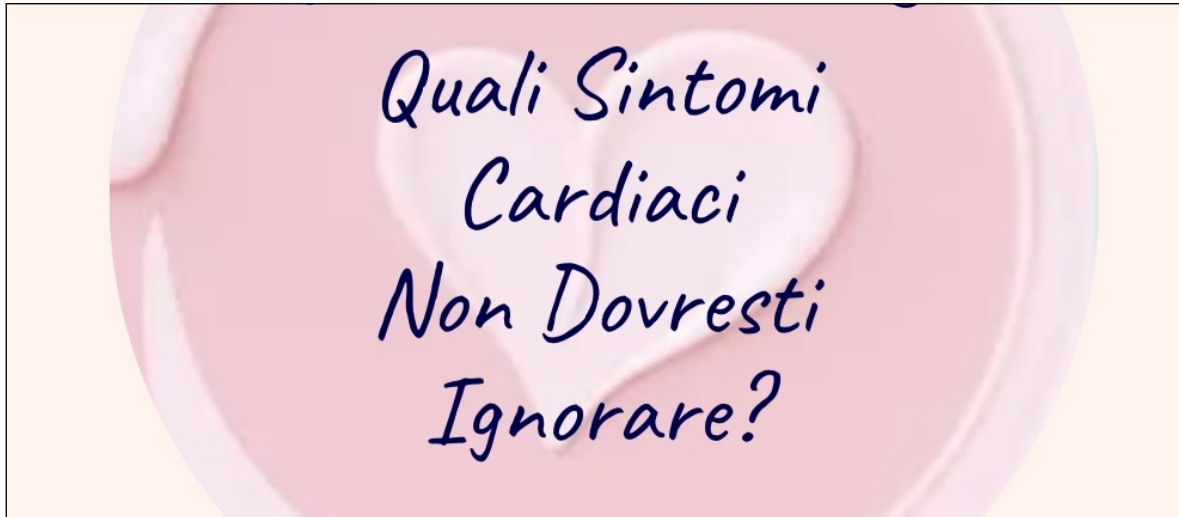


---

# Battiti e Risposte

Elvira Resciniti

---



## *Quali sintomi cardiaci non dovresti ignorare?*

Benvenuti a una nuova puntata di "Battiti e risposte" la rubrica per costruire il tuo benessere cardiovascolare!

La salute del cuore è vitale, e riconoscere i sintomi di un problema cardiaco può fare la differenza. Ecco i principali segnali che devono farti capire che c'è qualcosa che non va:

- **Dolore al Petto:** Il dolore o disagio al petto, spesso descritto come oppressione, è un classico segnale di allarme. Può irradiarsi al braccio, alla schiena o alla mandibola.
- **Difficoltà Respiratorie:** La mancanza di respiro, soprattutto se improvvisa o durante attività fisiche, è un sintomo importante.
- **Palpitazioni:** Un battito cardiaco irregolare o eccessivamente veloce può indicare aritmie o altri problemi cardiaci.
- **Stanchezza Insolita:** Una fatica eccessiva o insolita, soprattutto se non giustificata da sforzi, può essere un segnale di insufficienza cardiaca.

- **Gonfiore alle Estremità:** Gonfiore alle gambe, caviglie o piedi può essere un segno di insufficienza cardiaca.

Non ignorare questi sintomi. Se sospetti un problema cardiaco, consulta immediatamente un medico specialista di fiducia.

Ricorda, la prevenzione e l'attenzione ai sintomi sono fondamentali per la salute

Alla prossima puntata!

### **Riferimenti:**

1. Deschênes, S. et al. (2019). Depressive symptoms and sleep problems as risk factors for heart disease: a prospective community study.
2. Park, J. et al. (2019). Symptoms of Feeding Problems in Preterm-born Children at 6 Months to 7 Years Old.