



**Freddo nemico del cuore, il cardiologo: «Evitare gli sbalzi, in casi rari può causare infarti»•**

## Descrizione

(Adnkronos) •

Il meteo peggiora e arriva una nuova ondata di freddo. Il maltempo diventa anche una questione di salute perchÃ© il calo della temperatura nel pieno dell'inverno determina un sovraccarico per il cuore e l'intero apparato cardiovascolare, spiega all'Adnkronos Salute il professor Domenico Gabrielli, presidente Fondazione per il Tuo cuore di Anmco (Associazione nazionale medici cardiologi ospedalieri) e direttore dell'UnitÃ operativa complessa di Cardiologia dell'Azienda ospedaliera San Camillo Forlanini di Roma.

«Quando la temperatura scende, soprattutto dallo zero termico in giÃ¹, provoca una vasocostrizione, cioÃ un aumento delle restrizioni vascolari e quindi il cuore lavora di piÃ¹. Tutto questo puÃ² far aumentare la pressione arteriosa. Inoltre, il freddo puÃ² provocare un vasospasmo, il restringimento delle coronarie, determinando eventi ischemici e cardiovascolari. Bisogna fare attenzione, coprirsi bene evitando sbalzi termici», aggiunge il medico.

In situazioni particolari, anche se rare, il freddo puÃ² contribuire allo sviluppo di un infarto, soprattutto in persone che hanno giÃ problemi cardiaci di base. Il rischio aumenta quando si passa rapidamente da un ambiente caldo a uno freddo, uno sbalzo termico che puÃ² essere pericoloso nei soggetti piÃ¹ sensibili. Il consiglio dell'esperto Ã quindi quello di coprirsi adeguatamente, evitare bruschi cambi di temperatura e limitare l'esposizione al freddo, soprattutto nelle ore piÃ¹ rigide della giornata.

Attenzione anche all'alcol. Ã importante bere, ma non gli alcolici avverte Gabrielli perchÃ© determinano una perdita di calore dall'organismo, alterano la termoregolazione. Dopo una sensazione iniziale di calore, in realtà una illusione, la temperatura corporea si abbassa piÃ¹ rapidamente e la persona finisce per sentire piÃ¹ freddo. Per chi soffre di patologie cardiache e segue una terapia, la prevenzione resta fondamentale. Ã importante proteggersi dall'influenza stagionale conclude Gabrielli perchÃ© con il freddo aumenta anche il rischio di infezioni da

---

virus e batteri. La vaccinazione, da effettuare preferibilmente entro ottobre, Ã“ uno strumento essenziale? per evitare o ridurre le complicanze.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

#### **Categoria**

1. Comunicati

#### **Tag**

1. Ultimora

**Data di creazione**

Gennaio 17, 2026

**Autore**

redazione

*default watermark*