

**Colesterolo e Cuore - Quali farmaci possono essere d'aiuto**

**Salute e Benessere**

Inviato da : Dott. Giuseppe De Cicco

Pubblicato il : 12/11/2023 10:10:00



**Cos'è il colesterolo? - Quali sono i livelli ottimali? E perché? - Da dove arriva il colesterolo? - In che modo viene assorbito? - Come si misura? - Cosa si può fare per abbassare il colesterolo? - Quali farmaci possono essere d'aiuto?**



Cos'è il colesterolo?

Il colesterolo è un grasso presente nel corpo umano; si tratta di una sostanza fondamentale per il nostro organismo; è infatti una parte essenziale della composizione delle membrane cellulari, di alcuni ormoni e strutture neurologiche, oltre ad essere nutrimento per alcuni tipi di cellule.

# Colesterolo e Cuore - Quali farmaci possono essere d'aiuto

<http://www.dimensionenotizia.com/modules/news/article.php?storyid=1773>

---

D'altro canto, il colesterolo  $\bar{A}$  noto per essere responsabile di alcune patologie, per esempio l'ischemia cardiaca, l'infarto e l'ictus cerebrale. Per i moderni salutisti, alla base di un'alimentazione corretta c'è proprio il basso contenuto di colesterolo negli alimenti; sugli scaffali dei supermercati, non a caso, molte confezioni riportano come segno di qualità  $\bar{A}$ , in bella vista sull'etichetta, il proprio basso contenuto in colesterolo.

Il colesterolo  $\bar{A}$  dunque necessario per l'organismo animale, ma  $\bar{A}$  indispensabile che rimanga entro determinati livelli: il problema nasce quando questi limiti vengono superati per un tempo prolungato, trasformando una sostanza utile in un potenziale pericolo per la salute.

Quali sono i livelli ottimali? E perché?

È stato dimostrato in molti studi scientifici e ribadito da autorevoli linee-guida che il colesterolo totale nel sangue deve rimanere al di sotto dei 200 mg/ml e il colesterolo LDL (chiamato anche "colesterolo cattivo") non deve superare i 160-130 mg/ml. Se in più misurazioni successive si rilevano valori superiori a questi, si parla di ipercolesterolemia e si rende necessario indagare su una possibile causa per riportare il livello di colesterolo entro valori normali.

A livelli costantemente superiori a 200 mg/ml il colesterolo può infiltrarsi nelle pareti dei vasi sanguigni restringendone progressivamente il diametro interno e riducendo la capacità delle arterie di portare il sangue, e quindi il nutrimento, alle cellule. Il colesterolo  $\bar{A}$  dunque un fattore di rischio per le malattie cardiovascolari, per l'aterosclerosi e altre patologie, per esempio l'infarto miocardico o l'ictus.

Studi recenti effettuati negli Stati Uniti abbassano ulteriormente il limite massimo accettabile di colesterolemia, considerando che in un paziente con colesterolo elevato possono spesso essere presenti altre patologie potenzialmente lesive per le arterie, per esempio il diabete o l'ipertensione.

In conclusione, se nel paziente coesistono più fattori di rischio per il sistema cardiovascolare (tra cui fumo, ipertensione, storia familiare di patologie cardiache), è consigliabile che il colesterolo totale sia controllato frequentemente e mantenuto al di sotto dei 180-200 mg/ml. Sempre in caso di pazienti a rischio, il limite massimo del colesterolo LDL dovrebbe essere inferiore a 100 mg/ml.

Da dove arriva il colesterolo?



Il colesterolo, come abbiamo detto,  $\dot{A}$  componente del nostro organismo, diventa tuttavia un

In parte viene prodotto ed elaborato dalle cellule del fegato per i fabbisogni dell'organismo, se per $\dot{A}$  la regolazione di queste cellule viene alterata la produzione di colesterolo aumenta in modo esagerato.

In parte, invece, viene introdotto nel nostro corpo con il cibo: alcuni alimenti ne sono particolarmente ricchi, mentre altri non ne contengono affatto.

Per esempio $\dot{A}$

I grassi di derivazione animale (per esempio burro, panna o strutto) sono costituiti in alta percentuale di colesterolo;

carne, pesce, latte intero e latticini ne contengono una quantit $\dot{A}$  media;

pane, pasta e riso ne sono quasi privi.

$\dot{A}$  utile controllare la composizione degli alimenti che si mangiano per conoscere la quantit $\dot{A}$  di grassi e in particolare di colesterolo che si introducono nell'organismo: le etichette applicate su alcuni alimenti vantano un contenuto di "solo il 5 per cento di grassi" che in realt $\dot{A}$   $\dot{A}$  una percentuale elevata.

In che modo viene assorbito?



Il colesterolo viene assorbito, attraverso la digestione, nell'intestino e trasportato ai vari organi attraverso il sangue. In questo viaggio, poich $\dot{E}$  la molecola del colesterolo non  $\dot{A}$  solubile nel sangue, per rimanere in soluzione viene incorporato in strutture chiamate lipoproteine: le principali sono le HDL e le LDL. Sono composte da percentuali diverse di colesterolo, proteine e trigliceridi e, in base a queste diversit $\dot{A}$ , hanno caratteristiche particolari:

Le HDL, o colesterolo buono, sono le lipoproteine che portano via il colesterolo dal sangue, trasportandolo negli organi che lo richiedono;

le LDL, o colesterolo cattivo, sono le lipoproteine che possono ledere e infiltrarsi nelle pareti dei vasi, dando luogo alle placche aterosclerotiche.

Se il colesterolo si deposita nelle pareti arteriose, il lume interno del vaso si restringe e il sangue non passa pi $\dot{U}$  in quantit $\dot{A}$  sufficiente; nel caso delle arterie del cuore (le coronarie) si va incontro a problemi come l'ischemia miocardica o angina pectoris fino all'infarto, mentre nel caso del cervello si pu $\dot{A}$  arrivare all'ictus.

In alcuni pazienti, inoltre, il colesterolo viene prodotto in eccesso per una disfunzione su base familiare: viene infatti trasmesso geneticamente dal genitore al figlio come un carattere ereditario. Questa disfunzione si manifesta spesso gi $\dot{A}$  in giovane et $\dot{A}$  e in questi casi solo una terapia farmacologica  $\dot{A}$  in grado di ridurre la colesterolemia.

Come si misura?

Per stabilire qual  $\dot{A}$  il rischio cardiovascolare dovuto al colesterolo  $\dot{A}$  sufficiente un semplice esame del sangue, effettuato dopo 12 ore di digiuno, con il dosaggio delle varie forme di colesterolo:

# Colesterolo e Cuore - Quali farmaci possono essere d'aiuto

<http://www.dimensionenotizia.com/modules/news/article.php?storyid=1773>

---

Colesterolo totale, che deve essere inferiore a 200 mg/ml;

colesterolo HDL, che deve essere superiore a 40 mg/ml;

colesterolo LDL, che deve rimanere al di sotto di 130 mg/ml (limite che si abbassa a 100 mg/ml se il paziente  $\hat{A}$  a rischio).  $\hat{A}$  utile poi il dosaggio di altre sostanze per completare il quadro dei grassi nel sangue:

trigliceridi, che deve essere inferiore a 170 mg/ml;

apolipoproteina A, che deve essere superiore a 130 mg/ml;

apolipoproteina B, che deve rimanere al di sotto di 130 mg/ml.

$\hat{A}$  consigliabile effettuare i dosaggi ogni 2 anni nelle persone sotto i 40 anni, senza sintomi o patologie note e senza familiari  $\hat{A}$  per problemi lipidici. Se esistono fattori di rischio cardiovascolare, per esempio diabete o ipertensione, il controllo andr $\hat{A}$  effettuato una volta l'anno o pi $\hat{A}$  spesso secondo il giudizio del medico.

Cosa si pu $\hat{A}$  fare per abbassare il colesterolo?

L'attiv $\hat{A}$  sportiva aerobica contribuisce a ridurre il livello di colesterolo nel sangue: un movimento leggero, protratto per almeno 30 minuti, per 2 o 3 volte a settimana, determina, infatti, l'aumento delle HDL e la riduzione dei trigliceridi. Questo contribuisce anche a ridurre il rischio di aterosclerosi dovuto ad altre possibili patologie coesistenti nel paziente, per esempio diabete e ipertensione.

Anche praticare nuoto, marcia o corsa leggera, andare in bicicletta, oltre ad essere piacevoli passatempi, mantengono un buon tono muscolare generale e sono utilissimi per mantenere un miglior assetto lipidico.

Quali farmaci possono essere d'aiuto?

Esistono quattro classi di farmaci che possono essere utilizzate per ridurre i livelli di colesterolo nel sangue:

Le statine, che riducono la produzione epatica di colesterolo e ne stimolano il consumo; sono farmaci molto studiati per la loro efficacia e ne esistono diversi tipi;

I fibrati, che sono utili soprattutto nei pazienti con trigliceridi molto alti oltre che con colesterolo elevato;

le resine sequestranti biliari, che riducono l'assorbimento del colesterolo a livello intestinale attraverso il blocco dei sali biliari nell'intestino e aumentano l'utilizzazione del colesterolo a livello epatico;

gli inibitori dell'assorbimento intestinale del colesterolo, che sono ancora in fase di sperimentazione.

$\hat{A}$  il medico curante a valutare qual  $\hat{A}$  il farmaco pu $\hat{A}$  adatto al singolo paziente, non solo tenendo conto del livello di colesterolo ma  $\hat{A}$  valutando il paziente nella sua totalit $\hat{A}$ : et $\hat{A}$  e sesso, tipo di alimentazione e di attiv $\hat{A}$  fisica, altri fattori di rischio cardiovascolare, presenza di malattie concomitanti, eventuali controindicazioni ed effetti collaterali dei farmaci. Solo dopo un'attenta valutazione di tutti questi aspetti e dopo la correzione degli errori nello stile di vita, il medico potr $\hat{A}$  prescrivere la terapia pu $\hat{A}$  adatta.

$\hat{A}$

$\hat{A}$