
Battiti e Risposte

Elvira Resciniti



*Come può la terapia
moderna aiutarti
nella lotta contro il
Colesterolo?*

Come può la terapia moderna aiutarti nella lotta contro il colesterolo?

Benvenuto in un nuovo appuntamento con "Battiti e risposte", la rubrica che ti guida attraverso la salute del tuo cuore. Il tema di oggi riguarda un argomento che molti di voi mi hanno chiesto: il colesterolo e le terapie che si utilizzano per controllarlo.

Il colesterolo, come saprai, gioca un ruolo cruciale nella nostra salute cardiovascolare. Ma quando i livelli sono troppo alti, i rischi per il cuore aumentano. La domanda è: come possiamo gestirlo e quali sono le opzioni terapeutiche disponibili?

1. Statine: Sono tra i farmaci più prescritti al mondo per abbassare il colesterolo. Agiscono inibendo una particolare enzima nel fegato, riducendo la produzione di colesterolo. Studi, come quello pubblicato nel "New England Journal of Medicine" nel 2019, hanno dimostrato che le statine possono ridurre significativamente il rischio di eventi cardiovascolari.

2. Ezetimibe: Questo farmaco impedisce all'intestino di assorbire il colesterolo, e viene spesso usato in combinazione con le statine per ottenere un controllo ancora maggiore dei livelli di colesterolo.

3. Inibitori della PCSK9: Questi sono relativamente nuovi nel panorama delle terapie anti-colesterolo e agiscono interferendo con una specifica proteina nel fegato. Ricerche come quella pubblicata nel "Journal of the American College of Cardiology" nel 2018, hanno mostrato una notevole riduzione del colesterolo LDL con questi farmaci.

4. Terapie Nutrizionali: Oltre ai farmaci, ci sono integratori e alimenti funzionali, come steroli e stanoli vegetali, che possono aiutare a ridurre il colesterolo. Essi bloccano parzialmente l'assorbimento del colesterolo nell'intestino.

5. Terapia del lifestyle: Una dieta equilibrata, ricca di frutta, verdura e cereali integrali, combinata con una regolare attività fisica, rimane una delle strategie più efficaci per mantenere il colesterolo sotto controllo.

È fondamentale ricordare che la scelta della terapia dipende dal profilo individuale del paziente. Ogni persona ha esigenze diverse, e ciò che funziona per uno potrebbe non essere ideale per un altro.

Ricorda: il controllo del colesterolo è essenziale per proteggere il TUO cuore e prevenire malattie cardiovascolari. E fortunatamente, oggi abbiamo una vasta gamma di terapie efficaci a nostra disposizione.

Alla prossima puntata !

Riferimenti:

- "Statins in the Primary Prevention of Cardiovascular Disease". New England Journal of Medicine. 2019.
- "PCSK9 Inhibitors: A New Era in Lipid-Lowering Treatment". Journal of the American College of Cardiology. 2018.