



S.I.S.A. Società Italiana per lo Studio dell'Arteriosclerosi

IN COLLABORAZIONE CON



Meno del 40% dei pazienti segue regolarmente le cure prescritte. Serve controllarsi da giovani in caso di familiarità, che riguarda 7.500 marchigiani. Terza Settimana del Colesterolo ad Ancona: 19-24 settembre. Obiettivo livelli 115 per chi sta bene, sotto i 100 per chi è a rischio



Ancona, 19 settembre 2016 – Da lunedì 19 a venerdì 23 settembre si svolgerà anche nelle Marche, presso il Centro di Riferimento Regionale Ipertensione Arteriosa e Malattie Cardiovascolari “Ospedali Riuniti” di Ancona e l’Ospedale INRCA di Ancona, la Terza Settimana Nazionale del Colesterolo, promossa da SISA, Società Italiana per lo Studio dell’Arteriosclerosi.

L’iniziativa prevede la possibilità per i cittadini marchigiani di contattare o recarsi direttamente nei Centri specializzati SISA (elenco nazionale sul sito www.sisa.it) che hanno aderito alla Campagna di Informazione, nei giorni e negli orari prestabiliti per ricevere consigli relativi alle problematiche legate ai livelli di colesterolo elevati.

“Ed in particolare alla necessità, in presenza di colesterolo alto in famiglia – precisa il prof. Alberico Catapano, presidente della Società Europea per lo Studio dell’Aterosclerosi ed Ordinario all’Università di Milano – di controllarne i livelli sin da giovani, prima dei 18 anni, e ripeterli almeno ogni 5 anni. Il colesterolo alto è un male silente che non dà sintomi ma che non va trascurato: con il passare degli anni può comportare la formazione di ‘placche’ che ostruiscono le arterie e aumentano, insieme ad altri fattori, il rischio di infarto, soprattutto giovanile”.

Le linee Guida: i livelli di colesterolo da raggiungere, la dieta suggerita e l’aderenza alle terapie

Con un profilo di rischio basso è sufficiente tenere il colesterolo sotto i livelli di 115, chi è ad elevato rischio sotto i 100, chi è ad altissimo rischio cardiovascolare dovrebbe tenere il colesterolo sotto 70. Oltre al colesterolo, bisogna considerare altri fattori di rischio individuali, cioè l’ipertensione, il fumo e lo stile di vita, in termini di attività fisica ed alimentazione.

Sotto questo profilo sono disponibili dall'inizio del mese di settembre 2016 le nuove *Linee Guida Europee* sul colesterolo della Società Europea per lo Studio dell'Aterosclerosi, elaborate dall'Università di Milano. A ciascuno la sua dieta, recitano le Linee Guida, sulla base dell'obiettivo che si vuole raggiungere: confermati comunque i benefici di pesce magro e pollo senza pelle, legumi, verdura e frutta fresca. No a cocco ed oli tropicali, latte e yogurt interi. Ok ad alcool con moderazione. Condimenti: sì ad aceto e mostarda, la soia non serve. Per quanto riguarda le terapie, infine, è necessario seguirle con regolarità ma oggi lo fa solo il 40% dei pazienti, ad un anno di distanza dalle prescrizioni mediche.

La diffusione della malattia nelle Marche: 300.000 i cittadini colpiti

Nelle Marche, ad oggi, si stima (sulla base dei dati Istat) che siano circa 300.000 i cittadini con livelli di colesterolo elevato: tra questi il numero di soggetti affetti da ipercolesterolemia su base genetica è circa 7.500 a cui si aggiungono circa 30.000 interessati anche dalla forma poligenica comune, che comprende la componente familiare ma anche quella legata allo stile di vita.

fonte: ufficio stampa