Paziente: Mario Rossi
Cod. Prodotto: 00000
Codice Accettazione: 00000
CCV: 000
Data: 17/07/2023

BIOCHIMICA CLINICA

CHECK UP ASSETTO LIPIDICO
(Valutazione dell'assetto lipidico)

I LIPIDI NEL SANGUE

COLESTEROLO

TRIGLICERIDI

CONSIGLI UTILI

LA RIPETIZIONE DEL TEST

IMPORTANTE

GUIDA ALLA LETTURA DEL TEST

Referto a cura di:
NatrixLab
Via Cavallotti, 16 42122 Reggio Emilia
Aut. P.G. 2020/123669 del 30/07/2020
Direttore Sanitario Dott. Roberto Cavenaghi
http://www.natrixlab.it

I LIPIDI NEL SANGUE

I lipidi (o grassi) sono fondamentali per l'organismo dal punto strutturale, energetico, plastico e di produzione di ormoni.

Esso sono rappresentati principalmente da fosfolipidi, trigliceridi e colesterolo: non circolano liberamente nel sangue, ma sono associati a specifiche proteine di trasporto, le apolipoproteine, a formare le lipoproteine circolanti che si suddividono in: lipoproteine a bassissima densità (VLDL, costituite dai trigliceridi), lipoproteine a bassa densità (LDL, costituite da colesterolo e trigliceridi, associati ad apolipoproteina B – il cosiddetto, colesterolo "cattivo") e le lipoproteine ad alta densità (HDL, che contengono colesterolo e fosfolipidi in quantità uguali associati ad apolipoproteina A – il cosiddetto, colesterolo "buono").
Fisiologicamente, le lipoproteine LDL, che trasportano la maggior parte del colesterolo circolante, presentano un elevato potenziale aterogeno, ovvero di formazione della placca aterosclerotica. Al contrario le lipoproteine HDL trasportano il colesterolo dal circolo sanguigno verso il fegato, dove quest'ultimo viene utilizzato od eliminato.
L'aterosclerosi è una condizione infiammatoria cronica del sistema vascolare che colpisce principalmente le arterie di grosso e medio calibro. I fattori predisponenti il suo sviluppo sono numerosi: l'ipertensione, il fumo di tabacco, l'ipercolesterolemia, oltre che il diabete, l'ipertrigliceridemia, l'obesità, bassi livelli di colesterolo HDL ed alti livelli di omocisteina.
Essa ha inizio con l'accumulo di LDL sulle pareti delle arterie. La presenza di queste molecole comporta il richiamo di cellule infiammatorie nella zona colpita, che provvedono a fagocitarle, formando le "foam cells", cellule schiumose cariche di lipidi, che rimangono a loro volta ancorate alle pareti dei vasi. In questo modo il processo di formazione della placca continua. Questo circolo vizioso viene prevenuto dalle lipoproteine HDL che, invece, tendono a rimuovere il colesterolo dalla parete vasale esercitando così un effetto protettivo.
In presenza di placche aterosclerotiche, il lume del vaso si rimpicciolisce, e nel tempo queste possono portare a trombosi, occlusioni e fenomeni ischemici, a seconda di dove si trovano le placche.
Il rischio cardiovascolare e la malattia aterosclerotica determinano, in Italia, l'insorgenza di un infarto del miocardio ogni 6 minuti. Causano inoltre una vasta serie di patologie cardiache, vascolari e trombotiche che rappresentano la prima causa di morte nel mondo occidentale.

La malattia aterosclerotica, come scritto in precedenza, può essere provocata da molteplici fattori:

- alterazione dei grassi nel sangue
- ipertensione
- diabete
- fumo di sigaretta
- vita sedentaria
- sovrappeso

Valutare il proprio assetto lipidico non è utile solo ed esclusivamente nel caso in cui sussista familiarità per patologie cardiovascolari, ipertrigliceridemia, ipercolesterolemia.

Sono tanti i soggetti che dovrebbero tenere monitorato il proprio assetto lipidico:

- donne in gravidanza e allattamento
- donne che fanno uso di contraccettivi
- soggetti che seguono una dieta sbilanciata o sregolata

Durante la gravidanza aumentano fisiologicamente i valori di colesterolo e trigliceridi.

Gli esami da eseguire per valutare l'assetto lipidico di un soggetto sono essenzialmente il colesterolo totale, i trigliceridi, il colesterolo LDL e HDL: l'aumento dei primi tre parametri e la diminuzione del quarto costituiscono chiaramente un fattore di rischio per la patologia aterosclerotica.

COLESTEROLO

Il colesterolo è di importanza fondamentale all'interno dell'organismo. Interviene nella formazione e nella riparazione delle membrane cellulari, è il precursore della vitamina D, degli ormoni steroidei e degli ormoni sessuali.

Alcuni fattori che aumentano le HDL, il "colesterolo buono", sono:

- l'attività fisica,
- una dieta ricca di acidi grassi polinsaturi (omega-3),
- la vitamina C,

Alcuni fattori che aumentano le LDL plasmatiche, il "colesterolo cattivo", sono:

- una dieta ricca di lipidi saturi (strutto, burro, formaggi),
- fumo,
- scarsa attività fisica

TRIGLICERIDI

I trigliceridi sono lipidi utilizzati come riserva energetica: essi immagazzinano le calorie inutilizzate e forniscono energia. Quando l'organismo non ha necessità di energia, immagazzina i trigliceridi nelle cellule adipose. In un soggetto che ingerisce più calorie di quelle di cui ha bisogno si può quindi assistere ad una condizione di ipertrigliceridimia, che se protratta nel tempo può dare origine a diverse patologie croniche.
Quando i valori dei trigliceridi nel sangue superano il range di normalità vengono infatti considerati come un fattore di rischio cardiovascolare.

CONSIGLI UTILI

L'IMPORTANZA DELLO STILE DI VITA

Lo stile di vita e la prevenzione sono la prima arma che si possiede contro ogni tipo di malattia.

Vi sono delle abitudini corrette che se mantenute proteggono il sistema cardiovascolare:

- evitare l'uso dell'ascensore e preferire le scale
- non fumare
- svolgere una regolare attività fisica
- evitare gli stress psico-fisici (prendere la vita con più serenità migliorando il proprio atteggiamento mentale)

Questi semplici accorgimenti sono in grado di migliorare notevolmente il nostro stato di benessere.

L'IMPORTANZA DI UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE

Poche persone prendono in seria considerazione il fatto che la propria dieta giochi un ruolo importante nell'insorgenza e nello sviluppo delle cardiopatie e di moltissime altre patologie, tra cui la sindrome metabolica.
Le sane abitudini alimentari rivestono un ruolo fondamentale e sono la prima linea per la prevenzione; va inoltre ricordato che le patologie cardiovascolari sono molto diverse tra loro, ma che prevenendone una si prevengono praticamente tutte; la prevenzione è quindi un arma molto efficace che allunga le aspettative e la qualità della vita.
Nel campo della prevenzione il vino ricopre un ruolo fondamentale, infatti gli studi e le ricerche sull'argomento ormai sono molteplici e portano tutti alla stessa conclusione: un bicchiere di vino a pasto (75 mL) è salutare per il sistema cardiovascolare (si arriva a una riduzione del 32% del rischio di patologie cardiovascolari). Bisogna però non abusare dell'alcol, è infatti molto piccolo il passo tra buona e cattiva abitudine: gia 4 bicchieri di vino al giorno possono rendere inefficace il lavoro preventivo del bicchiere di vino a pasto! Risulta molto importante (soprattutto per coloro che soffrono di ipertensione) la riduzione del sale che permette un miglior controllo della pressione sanguigna e una riduzione del dosaggio dei farmaci utilizzati per la cura di questa patologia (sentito il necessario parere del medico), è quindi consigliabile non aggiungere sale agli alimenti: ne contengono già in quantità sufficiente; sebbene in un primo tempo i cibi potranno sembrare insipidi, in un secondo tempo si gusteranno meglio i sapori! Sono inoltre molteplici gli studi che indicano che un consumo regolare di cioccolato scuro riduce la pressione arteriosa.
E' importantissimo inoltre un regolare consumo di frutta e vegetali (circa 400 grammi al giorno); oltre a ridurre l'incidenza di patologie cardiocircolatorie, questa sana abitudine regolarizza l'intestino.
Un importante ruolo nella prevenzione delle malattie cardiovascolari è svolto dall'aglio: un regolare consumo di aglio diminuisce la colesterolemia di circa 17 mg/dL; il mangiare lo spicchio d'aglio usato per cucinare, invece di buttarlo, sarebbe una buona abitudine!
Inoltre recenti studi hanno dimostrato che un consumo quotidiano di mandorle (68 grammi al giorno di frutto sgusciato) riduce di circa 10 mg/dL il livello del colesterolo plasmatico.
Un maggior consumo di pesce settimanale (ricco di acidi grassi della famiglia degli omega-3) porta ad una riduzione dell'insorgenza di patologie cardiovascolari del 14%: per ottenere questo effetto sarebbe sufficiente mangiare circa 120 grammi di pesce azzurro per 4 volte a settimana.
E' consigliabile quindi se non si assume regolarmente del pesce di integrare la propria alimentazione con degli acidi grassi della famiglia degli omega-3 (va comunque sentito il parere del medico); sono infatti ormai innumerevoli gli studi che ne mostrano l'utilità nella prevenzione dei fenomeni infartuali.
Quindi il semplice consiglio di diminuire l'assunzione di carni rosse (ricche di acidi grassi della famiglia degli omega-6) e di aumentare quella di pesce (preferibilmente non di allevamento) darebbe sul lungo termine dei risultati, intesi come miglioramento dello stato di benessere, quasi stupefacenti.
Alcuni studi hanno correlato una diminuzione dei livelli di omocisteina nel sangue con una regolare assunzione di

acido folico e di vitamine del gruppo B; è comunque consigliabile non decidere in maniera indipendente l'integrazione con acido folico e vitamine del gruppo B: è sempre necessario sentire il parere del medico.
Da tutti i dati sopra illustrati si può tranquillamente dedurre l'impatto che una corretta alimentazione può avere sia sul costo sociale di alcune patologie e che sulla qualità della vita: sono infatti sufficienti alcuni piccoli accorgimenti per migliorare il proprio benessere e godersi più serenamente il futuro. Inoltre l'importanza della buona nutrizione nei bambini e negli adolescenti, sta diventando sempre più evidente per la salute futura.

LA RIPETIZIONE DEL TEST

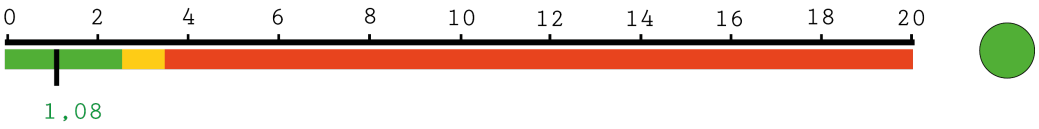
Si consiglia di ripetere il test dopo 6 mesi se i valori non sono soddisfacenti, se si inizia una terapia farmacologia oppure se di modifica lo stile di vita. Si consiglia di ripetere il test dopo 12 mesi dal precedente se i parametri sono corretti e si vuole fare prevenzione.

IMPORTANTE

I risultati del test devono essere sempre e comunque inquadrati dal medico nella situazione clinica del singolo paziente. Questo test non può essere riprodotto in modo parziale. I risultati di laboratorio, i grafici e le spiegazioni contenute nel presente fascicolo non devono essere considerati come una diagnosi medica. I risultati riflettono solo l'assetto lipidico. Essi rappresentano esclusivamente uno strumento a disposizione del medico, che li potrà utilizzare integrandoli con gli elementi riscontrati durante la visita o attraverso altri esami diagnostici, nel formulare una corretta terapia e diagnosi dello stato di benessere del soggetto.

GUIDA ALLA LETTURA DEL TEST

- **SEMAFORO VERDE**: valore entro il range di normalità;
- **SEMAFORO GIALLO**: valore borderline;
- **SEMAFORO ROSSO**: valore al di fuori del range di normalità.



Paziente: Mario Rossi
Cod. Prodotto: 00000
Codice Accettazione: 00000
CCV: 000
Data: 17/07/2023

Referto a cura di:
NatrixLab
Via Cavallotti, 16 42122 Reggio Emilia
Aut. P.G. 2020/123669 del 30/07/2020
Direttore Sanitario Dott. Roberto Cavenaghi
http://www.natrixlab.it

Esito Test

CHECK UP ASSETTO LIPIDICO
(Valutazione dell'assetto lipidico)

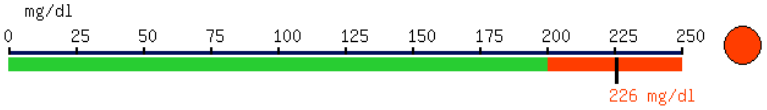
NATRIX S.R.L.
SOCIETA' A SOCIO UNICO
Via Cavallotti, 16 - 42122 REGGIO EMILIA
Tel. 0522 232606 - Fax 0522 506136
E-mail: info@natrixlab.it
C.F. e Partita IVA 01917350355

Bozzolini Andrea

Dott. Andrea Bozzolini

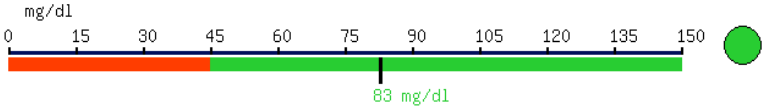
Risultati

COLESTEROLO TOTALE



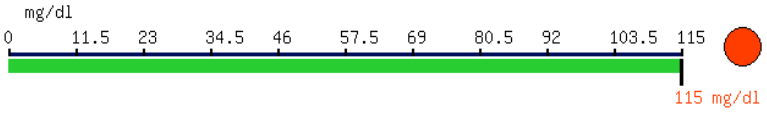
226 mg/dl
< 200

COLESTEROLO HDL



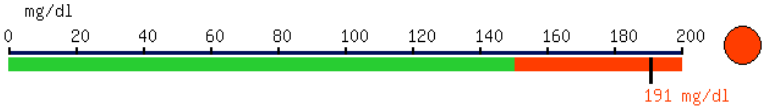
83 mg/dl
45 - 150

COLESTEROLO LDL



115 mg/dl
< 115

TRIGLICERIDI



191 mg/dl
< 150

Note:
I valori di Colesterolo tot e colesterolo LDL non vanno considerati in senso assoluto, quanto integrati nella stima del rischio cardiovascolare globale del paziente.
I valori di riferimento per il marker HDL, raccomandati dalla Società Europea per l'arterosclerosi, sono indicativi; L'interpretazione clinica del dato va rapportata all'assetto lipemico generale del paziente

Note

Note

BIOCHIMICA CLINICA

AZIENDA CON
SISTEMA DI GESTIONE QUALITA'
CERTIFICATO DA DNV
ISO 9001

AZIENDA CON
SISTEMA DI GESTIONE QUALITA'
CERTIFICATO DA DNV
ISO 13485

NATRIX Lab

NATRIX SRL
Via F. Cavallotti 16 - 42122 - Reggio Emilia - Italy (IT)
Tel: 0522 514537 - E-mail: info@natrixlab.it

708021/00 Rev 3

www.natrixlab.it