

MEDICINA E RICERCA

Colesterolo alto, rischio infarto e ictus anche per gli under 40: +20% nell'ultimo decennio. Arriva app CardioRisk che consente di saperlo 10 anni prima



Un esercito scende in campo contro il colesterolo, killer silenzioso e nemico numero uno del cuore. 2.000 cardiologi, 40.000 medici di famiglia e 80.000 farmacisti, per la prima volta insieme così numerosi, in prima linea per combattere il colesterolo alto, che oggi minaccia la salute di un italiano su due. Fin dalla giovane età: secondo uno studio presentato all'American College of Cardiology, negli ultimi dieci anni gli infarti negli under 40 sono aumentati del 2% l'anno in proporzione a quelli registrati negli over 40 e il colesterolo elevato è risultato il fattore di rischio più rilevante per gli attacchi cardiaci 'precoci'. Perciò conoscere il proprio livello di colesterolo fin da giovani è cruciale per valutare il rischio cardiovascolare complessivo e mantenersi in salute a lungo. Per questo nasce il progetto Il tuo colesterolo, promosso dalla Società Italiana di Cardiologia, con il sostegno della Federazione italiana medici di famiglia, della Società italiana di medicina generale e delle cure primarie e della Federazione Ordini Farmacisti Italiani. Attraverso il sito www.iltuocolesterolo.it e con la app CardioRisk collegata e gratuita, tutti i cittadini potranno sapere se e quanto sono in pericolo, imparando anche i passi fondamentali per ridurre il colesterolo e quindi la probabilità di eventi cardiovascolari. La app è un calcolatore del rischio cardiovascolare a 10 anni molto semplice da utilizzare, che consente di misurare il colesterolo "cattivo" Ldl" e fornire indicazioni sulla strategia migliore per tenerlo sotto controllo.

«Il colesterolo Ldl è una sostanza prodotta dal fegato e presente nel sangue, necessaria, tra l'altro, per formare membrane cellulari. Però, accumulandosi nelle arterie, può avviare reazioni infiammatorie che portano alla formazione di placche aterosclerotiche che poi possono occludere i vasi coronarici e cerebrali, causando eventi cardiovascolari gravi – spiega Pasquale Perrone Filardi, presidente Sic, responsabile scientifico del progetto e

Professore Ordinario di Cardiologia all'Università Federico II di Napoli –. Oggi sappiamo che il colesterolo Ldl è il valore più importante da conoscere e più basso è meglio, perché è quello strettamente connesso al pericolo di eventi cardiovascolari. Se il colesterolo totale è inferiore a 200 mg/dL ma quello Ldl è elevato, il pericolo è comunque alto, mentre per ogni riduzione di 40 mg/dL del colesterolo Ldl scende del 20% il pericolo di infarti e ictus. La app CardioRisk, aiutando a calcolare il valore di Ldl a partire da quello totale, dal colesterolo HDL e dai trigliceridi che abitualmente vengono monitorati attraverso gli esami del sangue, è perciò uno strumento utilissimo per prendere consapevolezza del proprio grado di rischio, aiutando anche a inserire il valore di colesterolo Ldl nel contesto della propria situazione clinica. Non esiste infatti un colesterolo Ldl "normale" bensì un valore ottimale da raggiungere sulla base della propria condizione personale».

«Purtroppo stiamo assistendo a un aumento degli eventi cardiovascolari nei giovani, anche con meno di 40 anni – aggiunge **Ciro Indolfi**, past-president SIC, co-responsabile scientifico del progetto, Professore Ordinario di Cardiologia e Direttore della Scuola di Specializzazione in Cardiologia, Università Magna Graecia di Catanzaro -. Considerando quanto il colesterolo alto sia un elemento decisivo per il rischio cardiovascolare, è importante che tutti conoscano i propri valori, fin da giovani anche per far emergere i casi di ipercolesterolemia familiare, una predisposizione genetica al colesterolo alto, nei quali la probabilità di infarti e ictus è molto elevata. Sarà così possibile avere un quadro più preciso dell'effettivo rischio cardiovascolare e dell'obiettivo di colesterolo Ldl a cui mirare, che inevitabilmente è diverso per ciascuno in base agli altri elementi individuali di rischio.

L'App ha un'altra grande utilità cioè quella di aiutare ad interpretare i risultati delle analisi ematochimiche (magari effettuate proprio in farmacia o in un laboratorio) e a capire quali sono i valori "ottimali" o i valori "patologici" del colesterolo sulla base delle caratteristiche del singolo soggetto per consigliare una strategia più opportuna» conclude Indolfi.

La app e il sito del progetto Il tuo colesterolo nascono proprio per diffondere questa nuova consapevolezza del rischio cardiovascolare, che deve essere valutato su base individuale e non semplicemente considerando il "numero" del colesterolo. «La app, attraverso poche e semplici domande, consente a chiunque di stimare in pochi passi il rischio individuale di infarti e ictus a dieci anni, tenendo conto di tutti i fattori coinvolti. Il colesterolo LDL deve dunque essere inquadrato nella situazione del singolo. In una persona senza altri fattori di rischio cardiovascolare il valore desiderabile può essere inferiore a 116 mg/dL, ma in presenza di altri fattori se il rischio è moderato occorre arrivare sotto ai 100 mg/dL, se il rischio è elevato bisogna scendere sotto i 70 mg/dL, se è molto elevato è importante mantenere il colesterolo Ldl sotto i 55 mg/dL» precisa Perrone Filardi.

«Il rischio complessivo viene valutato tenendo conto di molti elementi ed è per questo che l'app CardioRisk si rivela fondamentale per tutti i cittadini – puntualizza Indolfi - In maniera semplice e rapida può dare un'indicazione decisiva, aiutando anche a impostare una strategia personalizzata per la riduzione del colesterolo Ldl, che in alcuni pazienti che hanno avuto ripetuti infarti deve essere molto basso, inferiore a 40 mg/dL. App e sito sono peraltro a disposizione anche dei cardiologi, dei medici di famiglia e dei farmacisti per

fornire loro un rapido aggiornamento su tutte le opzioni terapeutiche a disposizione per il controllo delle dislipidemie».

Medici di medicina generale e farmacisti sono infatti per la prima volta tutti assieme in un'alleanza anti-colesterolo.

«Il raggiungimento dell'obiettivo di una importante riduzione del rischio di sviluppare malattie cardio-vascolare, tra cui infarto e ictus, attraverso una riduzione del livello di colesterolo nel sangue, può essere raggiunto solo se il paziente partecipa attivamente, insieme ai professionisti sanitari, al suo percorso di cura, innanzitutto con la possibilità di fare un'autovalutazione, grazie anche all'uso di App. È da qui che inizia la conoscenza del livello di rischio legato alla concentrazione di colesterolo nel sangue, per arrivare alla possibilità di personalizzare le opzioni terapeutiche, basate sia sulle scelte di adeguati stili di vita che di farmaci appropriati, lì dove necessari – dichiara Walter Marrocco, responsabile Scientifico Federazione italiana medici di medicina generale (Fimmg) - In pratica, è fondamentale, valutare sistematicamente il paziente e avviarlo a trattamento il più precocemente possibile, aiutandolo però a realizzare un ulteriore elemento di particolare importanza come l'aderenza terapeutica, cioè l'assunzione corretta dei farmaci prescritti dal medico, che attualmente si osserva solo nel 40-45% dei pazienti in cura. L'aderenza però va sostenuta da tutti gli operatori sanitari, primo fra tutti il Mmg, che notoriamente può avere un contatto precoce e prolungato nel tempo con il paziente».

«Il progetto "Il tuo colesterolo" permette a ogni singola persona di essere gestore della propria salute attraverso una informazione corretta, continua e personalizzata del rischio cardiovascolare - afferma Ovidio Brignoli, Vicepresidente Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie (Simg). Un sito creato e governato dalle società scientifiche metterà a disposizione delle persone tutte le informazioni necessarie sul rischio cardiovascolare e grazie ad una app ogni singola persona potrà valutare in modo rigoroso e continuo il rischio globale individuale. Con questi dati le persone potranno recarsi dal Mmg e dallo specialista per concordare con loro lo stile di vita più adeguato, le terapie corrette e gli eventuali accertamenti da fare nel tempo».

“Crediamo molto in questa alleanza tra cardiologi, medici di medicina generale e farmacisti per migliorare la prevenzione e la gestione dell'ipercolesterolemia, contribuendo a ridurre l'impatto delle malattie cardiovascolari sulla salute degli italiani e sui costi per il Ssn – afferma Andrea Mandelli, presidente della Federazione degli Ordini dei Farmacisti Italiani (Fofi). La rete dei farmacisti di prossimità è oggi parte integrante del processo di cura e delle attività di prevenzione. L'apporto del farmacista, con la sua competenza, la vicinanza e il legame di fiducia con il cittadino, è fondamentale per promuovere corretti stili di vita, intercettare i soggetti a rischio e verificare l'aderenza alla terapia. Questo progetto conferma il ruolo della Farmacia dei servizi come presidio essenziale per la tutela della salute dei cittadini e il valore delle sinergie interprofessionali nella lotta alle cronicità».

Fonte: Sole 24 Ore sanità 13/02/2023