



Farmacia Belledo

Via T. da Belledo, 8 23900 Lecco Tel e fax 0341 282717



SINDROME METABOLICA

Il termine “sindrome metabolica” (detta anche sindrome da insulino-resistenza, o sindrome di Reaven) descrive un insieme di fattori di rischio metabolici che aumentano la possibilità di sviluppare malattie cardiache, ictus, diabete e steatosi epatica (fegato grasso).

Una persona può considerarsi a rischio per lo sviluppo della sindrome metabolica se non svolge attività fisica e quando sono presenti tre o più dei seguenti fattori di rischio:

- circonferenza addominale superiore a 102 cm nei maschi o a 88 cm nelle femmine;
- colesterolo alto superiore a 200 mg/dl e colesterolo HDL inferiore a 40 mg/dl e trigliceridi superiori a 150 mg/dL;
- pressione arteriosa superiore a 140/90 mmHg o qualora sia già in corso una terapia antipertensiva);
- glicemia a digiuno superiore a 100 mg/dL.

Il rischio di sviluppare la sindrome metabolica aumenta con l'età (a partire dai 45 anni negli uomini e dai 55 nelle donne) ed è quasi sempre una diretta conseguenza di STILI DI VITA ERRATI (ridotta attività fisica, alimentazione scorretta, abuso di alcol e/o droghe).

La maggior parte delle persone che ha la sindrome metabolica si sente bene e frequentemente non presenta sintomi, tuttavia queste persone hanno un rischio maggiore di sviluppare in futuro malattie gravi come diabete e patologie cardiovascolari, soprattutto in presenza di familiarità positiva.

La perdita di peso e l'attività fisica sono le armi migliori per prevenire e trattare la sindrome metabolica; è inoltre possibile associare farmaci per ridurre la pressione arteriosa e la glicemia. I soggetti particolarmente a rischio dovrebbero effettuare un controllo ogni 6 mesi, per prevenire la malattie o cominciare il trattamento in tempo per prevenire futuri danni.

Costo euro 25,00