



SAINT LOUIS HOSPITAL

AMBULATORIO MEDICO POLISPECIALISTICO

Direttore Sanitario: Dr Luigi Di Girolamo

Medico Chirurgo – Specialista in Chirurgia d’urgenza e Pronto Soccorso

AGOPUNTURA – ALLERGOLOGIA – ANGIOLOGIA:DOPPLER – CARDIOLOGIA:ECG – HOLTER CHIRURGIA GENERALE
CHIRURGIA PLASTICA – CRIOTERAPIA – DERMATOLOGIA – DIETOLOGIA – ECOGRAFIA – ENDOCRINOLOGIA
FISIATRIA – FISIOTERAPIA – GASTROSCOPIA – GINECOLOGIA E SENOLOGIA – LASERTERAPIA – MEDICINA
ESTETICA – MEDICINA LEGALE – MEDICINA INTERNA – M.O.C. – OCULISTICA – ODONTOIATRIA E PROTESI
DENTARIE – ORTOPEDIA – OTORINOLARINGOIATRIA - PEDIATRIA – PSICHIATRIA E PSICOTERAPIA – PODOLOGIA
REUMATOLOGIA – RETTOSCOPIA – TRICOLOGIA – UROLOGIA ED ENDOSCOPIA VESCICALE

00030 San Cesareo – (Roma) – Via Cesare Battisti, 1

Tel. 06.95599494 – Tel./Fax 06.9587043- e.mail luigidigirolamo3@gmail.com

Sito Web: www.luigidigirolamo.com – www.ozonoterapia1.it

Il Colesterolo

L'idea diffusa che tutti i grassi facciano male e' sbagliata! Di tutti i grassi, poi, il colesterolo é quello di cui si dicono le cose peggiori.

E' diventato (come i radicali liberi) un capro espiatorio a cui addossare l'origine di ogni nostro problema.

Tutti sanno che il colesterolo é il responsabile dell'arteriosclerosi, degli infarti e dei disturbi della circolazione a causa del suo deposito nei vasi sanguigni, ma pochissimi sanno che il colesterolo é una sostanza indispensabile per il nostro organismo ed in particolare per il cervello, ed é usato dalle ghiandole surrenali come base per fabbricare il cortisone e gli ormoni sessuali (sia maschili che femminili).

Il colesterolo é un costituente indispensabile (come il fosforo e altri nutritivi) per le guaine mieliniche delle fibre nervose! Almeno due terzi del colesterolo presente nel nostro organismo é prodotto dal fegato, il restante terzo proviene dall'alimentazione. Comunque, se hai paura del colesterolo, allora mangia meno carboidrati (zucchero, pasta, cereali, farine e derivati).

Il colesterolo infatti, partecipa al loro metabolismo: quanti più carboidrati vengono ingeriti tanto più colesterolo viene prodotto dal fegato.

Ancora, tutti sanno che il colesterolo si deposita nei vasi sanguigni, ma pochissimi sanno che si deposita solo sulle irritazioni e lesioni dei vasi, come uno "stucco", in attesa della successiva definitiva riparazione del tessuto. Dunque niente lesioni = niente deposito di colesterolo.

Le lesioni sono causate principalmente da aspirina e salicilati (suoi derivati), "aspirinetta" (il diminutivo non la rende meno pericolosa) e da altri prodotti corrosivi di sintesi chimica. Ma la responsabilità viene attribuita all'alimentazione, all'ereditarietà e ai radicali liberi.

Infine il colesterolo serve a formare gli acidi biliari, che sono il principale prodotto del catabolismo del colesterolo. L'80% 90% del colesterolo esogeno (che proviene cioè dall'esterno del corpo, dunque con l'alimentazione) viene convertito dal fegato negli indispensabili acidi biliari (tecnicamente acidi taurocolici) che sono costituiti dall'unione di un acido coleico (derivato dal colesterolo) con l'aminoacido taurina.

Questi composti, sotto forma di "Sali biliari", costituiscono la parte preponderante della bile.

Cos'è il colesterolo buono?

Il colesterolo si comporta in maniera diversa a seconda della proteina alla quale è legato quando è trasportato nel sangue.

Vi sono tre tipi di lipo-proteine:

LDL a bassa densità, VLDL a bassissima densità e HDL ad altissima densità.

Se la concentrazione delle lipoproteine a bassa densità (che trasportano circa il 65 % del colesterolo) e quelle a bassissima densità (che trasportano circa il 15% del colesterolo) sale troppo, aumenta il rischio di malattie circolatorie. Invece le lipoproteine ad altissima densità (che trasportano circa il 20 % del colesterolo), esercitano un effetto protettivo sulle arterie e sulla circolazione.

Per questo l'HDL è chiamato "colesterolo buono".

Le lipoproteine HDL sono composte in gran parte da lecitina, la cui azione detergente-emulsionante serve a scindere il colesterolo dai depositi per trasportarlo facilmente nel sangue per essere utilizzato.

Le donne hanno, fino alla menopausa, livelli di HDL più elevati rispetto agli uomini.