

SALUTE: SINDROME METAB., DIAGNOSI CON ESAME URINE E CENTIMETRO

(ANSA) - MILANO, 6 DIC - L'esame delle urine e il centimetro da sartoria possono essere le discriminanti giuste per identificare i soggetti con 'sindrome metabolica', espressione con cui si indica un insieme di fattori di rischio capaci di indurre lo sviluppo della malattia cardiovascolare e del diabete, ma anche l'insufficienza renale. Lo raccomandano gli esperti della 'Fondazione D'Amico' per la ricerca sulle Malattie Renali, presentata oggi per la prima volta a Milano.

Fra essi Giuseppe D'Amico, primario emerito dell'Ospedale San Carlo di Milano e presidente e socio fondatore della Fondazione, che ha fatto rilevare come in Italia il 23% della popolazione è oggi affetto da Sindrome Metabolica, tasso che sale al 33% per le donne in menopausa e al 66% per gli ultrasessantenni (sempre con netta prevalenza per il sesso femminile).

Ma oggi, più di ieri, il rischio è in agguato fin dalla adolescenza (in cui si attesta al 5%), «per cui - secondo D'Amico - il discorso della prevenzione è importantissimo», anche perché il rischio di morire per cause cardio e cerebrovascolari (infarto e ictus) nelle persone con Sindrome Metabolica è di circa 2,5 volte superiore rispetto a chi non ne è affetto. Per esempio, un maschio obeso di 20 anni, con la Sindrome Metabolica rischia di vivere fino a 13 anni in meno, con una riduzione dell'aspettativa di vita pari al 22%.

Ma come si fa a riconoscerla per poi correre ai ripari? Secondo i criteri stabiliti dal National Cholesterol Educational Program (NCEP) si può parlare di sindrome metabolica quando nello stesso soggetto siano presenti 3 o più dei seguenti fattori di rischio: obesità centrale (circonferenza di vita superiore a 102 cm nell'uomo e a 88 cm nella donna); trigliceridi pari o superiori a 150 mg/dl; colesterolo 'buono' Hdl inferiore a 40 mg/dl nell'uomo e inferiore a 50 mg/dl nella donna; pressione arteriosa pari o superiore a 130/85 mmhg; glicemia a digiuno pari o superiore a 110 mg/dl.

Il professor D'Amico però ne consiglia uno in più (indicato anche dall'OMS): la microalbuminuria, vale a dire la presenza di tracce di albumina nelle urine che, se una persona è sovrappeso («ma un sovrappeso che può essere anche nascosto e va svelato misurando la circonferenza in vita col centimetro da sartoria») e magari ha la pressione un pò alta, «rappresenta la discriminante di base per definire la sindrome metabolica».

Cosa fare se la si accerta in tempo, cioè prima che abbia generato guasti evidenti come infarto, diabete, insufficienza renale? «La prima cosa, se si è sovrappeso, è dimagrire e fare attività fisica, ricordando che - ha osservato D'Amico - non è necessario tornare magri, perchè per queste persone, già perdere 5 chili riduce del 50% il rischio di contrarre malattie cardiovascolari o diabete e di conseguenza anche la malattia renale». Se invece i 3 fattori di rischio concomitanti sono altri (colesterolo, pressione, glicemia, trigliceridi...) bisogna abbassarli con i farmaci. La cosa non è indifferente nemmeno per la spesa sanitaria complessiva, il 20% della quale è assorbita proprio da queste malattie, che costano qualcosa come 23 miliardi di euro all'anno, di cui 11 miliardi a carico del servizio pubblico». (ANSA).