



CORRELAZIONE TRA I.M.C. E COLESTEROLEMIA

Serra A., Zara V., Maggiotto S.

Studio Nutrizionistico AS – Lecce

Università degli Studi di Lecce, Facoltà di Scienze, Corso di Laurea in Biologia

Abstract:

L'aumento smisurato di peso e l'obesità rappresentano perciò un fattore alquanto allarmante, in quanto tali fattori predominano nei disordini correlati alla nutrizione e costituiscono, non a caso, una buona parte delle cause che determinano malattie a livello cardiovascolare, ipertensione, dislipidemie, ecc. Alcune ricerche hanno cercato di identificare possibili correlazioni tra livelli di colesterolo ematico e peso corporeo. I risultati ottenuti, tuttavia, risultano abbastanza ambigui. Nonostante, infatti, in alcuni studi sia stata evidenziata una correlazione positiva tra IMC e livelli plasmatici di colesterolo, i risultati ottenuti sono estremamente variabili, dipendendo dalla popolazione oggetto dello studio. In altri studi, addirittura, non è stata rinvenuta alcuna correlazione tra IMC e colesterolemia. Infatti, nonostante sia luogo comune affermare che un valore di colesterolo totale nel sangue sia correlato con un'alimentazione ricca di grassi e sbilanciata, in realtà non sempre ciò avviene. A tal proposito, è noto il cosiddetto "paradosso francese" (Kritchevsky, 2001), fenomeno per il quale in Francia, nonostante il relativamente alto consumo di alimenti ricchi in acidi grassi saturi (in particolare latticini), l'incidenza di colesterolemie e mortalità per malattie cardiovascolari è inferiore rispetto ad altri Paesi dieteticamente comparabili.

Conclusioni

In questi studi è stata valutato un duplice aspetto: la percentuale di soggetti con ipercolesterolemia nella popolazione salentina e la correlazione tra l'indice di massa corporea (IMC) e la colesterolemia. L'indagine ha interessato un campione di 1876 soggetti privi di patologie, di cui 950 donne e 926 uomini di età superiore ai 18 anni e privi di patologie.

Le percentuali di ipercolesterolemie rilevate dalla ricerca nel Salento risultano essere più basse rispetto a quelle rilevate da un'analoga indagine condotta sull'intera popolazione italiana; tale diminuzione risulta più accentuata nei soggetti anziani rispetto a quelli con età media. Una possibile spiegazione a tale dato potrebbe essere l'avanzamento di una globalizzazione, che ha coinvolto per lo più le nuove generazioni che si sono adeguate ad uno stile di vita e ad un regime dietetico più "ricco ed elaborato". Ciò non è accaduto per le generazioni precedenti (più anziane) che, mantenendo una mentalità tradizionale, non hanno alterato le loro abitudini alimentari più vicine alla cosiddetta "Dieta Mediterranea".

Questo studio ha indagato, successivamente, la percentuale di individui con ipercolesterolemia in rapporto al peso corporeo, classificando gli individui (uomini e donne) in "normopeso" e "sovrappeso" (sovrappeso e obesi, con IMC > 26). I risultati ottenuti non hanno evidenziato una stretta correlazione tra aumento dell'IMC e aumento della colesterolemia. È emerso, infatti, che la percentuale di ipercolesterolemia nei soggetti in sovrappeso è risultata di poco maggiore rispetto a quelli normopeso. Tale differenza è maggiore tra gli individui di sesso femminile.

Questi dati, pertanto, dimostrano che non esiste sempre una stretta correlazione tra un aumento del peso corporeo (che riflette, in soggetti sani, uno stile alimentare non adeguato con regime ipocalorico) e i valori maggiori di ipercolesterolemia nel sangue. L'ambiguità di tali dati su altri presenti in letteratura potrebbe essere legata, ad esempio, a cattive abitudini alimentari, a stili di vita particolari, a predisposizioni familiari, che sono specifici di particolari popolazioni ed, infine, a mutazioni genetiche.

Infine, si è stato valutato il fattore "ereditario" nei soggetti ipercolesterolemici: i risultati emersi hanno evidenziato che, sia tra gli uomini, che tra le donne, la familiarità incideva in maniera rilevante sulla ipercolesterolemia, soprattutto nei soggetti normopeso. Circa l'80% di questi individui aveva familiari con livelli elevati di colesterolo nel sangue.

Lecce, luglio 2008

(Tesi di Laurea in Biochimica della Nutrizione, Corso di Laurea triennale in Biologia di: Maggiotto Simona)

Per il testo completo consultare:

Prof. V. Zara – Di.S.Te.B.A. Università del Salento, Corso di laurea in Scienze Biologiche

oppure inviare un messaggio per posta elettronica a: as@pec.scienzadellalimentazione.it