

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

## DUBBI SULL'UTILITÀ DEL DIGIUNO PER L'ESAME DEL COLESTEROLO

I prelievi per le analisi del sangue vengono effettuati a digiuno, almeno quando si devono controllare i livelli di colesterolo. Tuttavia, per la qualità dell'esame potrebbe non essere necessario l'aver digiunato. È quanto emerge da uno studio pubblicato sulla rivista Archives of Internal Medicine. La ricerca ha destato un certo interesse per un paio di motivi. Prima di tutto, poiché digiunare è spesso un fastidio, porre questa condizione può scoraggiare l'aderenza ai controlli di routine dei pazienti. Inoltre, la richiesta del digiuno crea spesso lunghe attese ai punti di prelievo, scoraggiando ulteriormente i pazienti.

Attualmente le linee guida suggeriscono che il prelievo sia effettuato ad almeno otto ore dall'ultimo pasto. Ma recenti studi indicano che i livelli lipidici cambiano poco rispetto all'apporto alimentare. Gli autori dello studio hanno quindi voluto valutare l'associazione tra i livelli lipidici e la durata del digiuno. Lo studio, che è durato sei mesi, si è svolto a Calgary, in Canada. Sono stati analizzati i livelli di colesterolo HDL, colesterolo LDL, colesterolo totale, e trigliceridi per intervalli di digiuno da un'ora a più di 16 ore.

Sono state incluse nello studio 209.180 persone, di cui 111.048 di sesso femminile e 98.132 di sesso maschile. I livelli medi di colesterolo totale e di colesterolo HDL variavano poco al variare del periodo di digiuno. La media dei livelli di colesterolo LDL variava fino al 10% e la media dei livelli di trigliceridi fino al 20%.

I ricercatori hanno concluso che la durata del digiuno ha una debole associazione con alcuni livelli lipidici e quindi per la maggior parte degli esami di routine il digiuno potrebbe non essere necessario. Solo in individui con un livello iniziale di trigliceridi superiori ai 400 mg/dl si renderebbe necessaria la valutazione dei livelli lipemici a digiuno e/o la misurazione diretta dei valori di colesterolo LDL.

*Fonte: Fasting Time and Lipid Levels in a Community-Based Population: A Cross-sectional Study. Sidhu D, Naugler C. Arch Intern Med. 2012 Nov 12:1-4.*