

# Come Maria De Filippi

## Usare i farmaci per abbassare il colesterolo salva la vita

**Le statine contro l'ipercolesterolemia prevengono decine di migliaia di infarti e ictus ogni anno in Italia. L'Aifa, però, ha più volte sottolineato come stia dilagando il fenomeno della statinofobia, che ormai è un problema di salute pubblica: le persone non prendono o smettono di prendere le pastiglie, nonostante la prescrizione medica, per timori che spesso sono infondati**

di Lucrezia Valente

**D**urante un'intervista al programma Rai *Belve*, Maria De Filippi ha dichiarato: «Ho il colesterolo alto per familiarità, tutte le sere prendo un farmaco che mi dà il medico». L'affermazione della conduttrice di *Amici* richiama l'attenzione su medicinali come le statine, che purtroppo non convincono molte persone a cui invece l'assunzione farebbe bene. Sono da considerarsi salvavita. Un rapporto del 2024 (OsMed, Aifa) stima che le statine prevengano decine di migliaia di infarti e ictus ogni anno in Italia, ma che una scarsa aderenza riduca significativamente l'impatto preventivo.

L'Aifa, Agenzia italiana del farmaco, ha più volte sottolineato che il fenomeno della statinofobia sta diventando un problema di salute pubblica. **Le persone non prendono o smettono di prendere le statine, nonostante la prescrizione medica, per:**

- paura degli effetti collaterali, soprattutto dolori muscolari, spesso dovuti più a suggestione che a reazioni reali;
- mancanza di sintomi, visto che il colesterolo alto non dà disturbi immediati;

- percezione di benessere («mi sento bene, quindi non serve»);
- influenza delle fake news e di dichiarazioni sui social che amplificano i timori;
- scarsa comunicazione medico-paziente sui benefici a lungo termine.

**Secondo le linee guida europee, invece:**

- le statine riducono il rischio di eventi cardiovascolari maggiori del 25-35%;
- il beneficio è più marcato quanto più a lungo si mantiene la terapia;
- l'incidenza di effetti collaterali gravi è inferiore all'1% dei pazienti trattati.

### Il meccanismo d'azione

«Questi farmaci sono in uso da oltre 30 anni, con decine di milioni di pazienti trattati nel mondo», dice il cardiologo Lorenzo Brambilla, direttore medico e socio-assistenziale della Fondazione Don Gnocchi. «Mentre gli effetti collaterali gravi sono rari, i benefici sulla prevenzione cardiovascolare sono consistenti, misurabili e duraturi».

Ma che cosa sono le statine? La definizione esatta si legge sul sito dell'I-

### La regina di Canale 5

Maria De Filippi, 64 anni, è la conduttrice televisiva di Canale 5 più nota al grande pubblico.

Tra i suoi programmi di successo, *Amici*, *Uomini e donne*, *C'è posta per te*.

### I livelli desiderabili di lipidi nel sangue

- Il colesterolo e i trigliceridi si misurano attraverso le analisi del sangue in milligrammi per decilitro (mg/dl).
- Il valore del colesterolo totale è "desiderabile" quando non supera i 200 mg/dl.
- Il valore del colesterolo Ldl è "desiderabile" quando non supera i 100 mg/dl.
- Il valore del colesterolo Hdl è "desiderabile" quando è uguale o superiore a 50 mg/dl.
- Il valore dei trigliceridi è "desiderabile" quando non supera i 150 mg/dl.

Luisa Caravale



# PICCOLE STORIE CHE INSEGNANO GRANDI VERITÀ

UN LIBRO PREZIOSO PER VIVERE INSIEME AI PIÙ PICCOLI  
LA MAGIA SENZA TEMPO DELLE FAVOLE DI LA FONTAINE

Scopri la raccolta delle storie più amate di Jean de La Fontaine, in una raccolta che unisce divertimento, emozione e insegnamento. Un volume illustrato, elegante e resistente, con copertina imbottita, pensato per i bambini dai 5 anni in su.

Oltre 40 storie senza tempo e indimenticabili – da *La volpe e l'uva* a *La cicala e la formica* – che parlano al cuore dei bambini e fanno riflettere anche gli adulti.

5  
DAI 5 ANNI

GRANDE FORMATO | COPERTINA IMBOTTITA

INTERAMENTE ILLUSTRATO

UN CLASSICO CHE NON PASSA MAI DI MODA

PER CRESCERE CON LA MAGIA DELLA LETTURA



## Informative Privacy

La presente informativa è resa ai sensi dell'art. 13 del Regolamento EU 679/2016 da Editoriale San Paolo S.p.A., con sede in Piazza San Paolo 14, 12051 Alba (CN), titolare del trattamento, e dal costituente Periodici San Paolo S.p.A., al fine di dar corso all'ordine del prodotto prescelto. Il trattamento dei tuoi dati personali si baserà giuridicamente sul rapporto contrattuale che verrà a crearsi tra le parti. Potrai sempre contattare il titolare del trattamento all'indirizzo email [privacy@stpauls.it](mailto:privacy@stpauls.it) o anche consultare l'informativa all'interno della sezione "Privacy" del sito [www.edicolasanpaolo.it](http://www.edicolasanpaolo.it) dove troverai tutte le informazioni sull'utilizzo dei tuoi dati personali ivi inclusi i tuoi diritti. Il tempo di conservazione dei dati e le modalità per l'esercizio del diritto di revoca, i canali di contatto, e l'indirizzo del Data Protection Officer ("DPO"), che è raggiungibile direttamente all'indirizzo email [dpo@stpauls.it](mailto:dpo@stpauls.it).

SCEGLI COME  
RICEVERE IL VOLUME

Compila e spedisci  
il tagliando d'ordine

Telefona al n.  
02.48027575

Invia il tagliando  
d'ordine via FAX  
al n. 0173.296423

Scrivi (citando l'offerta)  
una mail a  
[vpc@stpauls.it](mailto:vpc@stpauls.it)

Collegati al sito  
[www.edicolasanpaolo.it](http://www.edicolasanpaolo.it)

## TAGLIANDO D'ORDINE

Si desidera ricevere il volume *Le più belle favole di La Fontaine* che spedirete all'indirizzo indicato qui sotto.  
Pagherò solo 8,90 € (+1,00 € per spese di spedizione). Non invio denaro ora.

Pagherò con:

- ☐ bollettino di c/c postale che mi invierete  
☐ carta di credito ☐ Visa  
☐ Eurocard/Mastercard

N.                      Scad.

Firma

L'offerta è valida in Italia fino al 31/3/2026. Ai sensi del Regolamento EU 679/2016:

- ☐ rilascio il consenso per proposte di marketing diretto, cioè abbonamenti o prodotti, a cura del Gruppo Editoriale San Paolo  
☐ rilascio il consenso per profilazione (sondaggi, ricerche, etc.) a cura del Gruppo Editoriale San Paolo



Spedisci in busta chiusa, affrancando come lettera a:  
Periodici San Paolo, Piazza San Paolo, 14 - 12051 Alba (CN)

COMPILA IN STAMPATELLO CON I TUOI DATI LO SPAZIO QUI SOTTO

Cognome

Nome

Via  N.

CAP  Località

Provincia  Telefono

E-mail

## Benessere e scienza | L'approfondimento

Il istituto superiore di sanità (Iss): «Le statine sono un gruppo di farmaci utilizzati per abbassare i livelli di grassi nel sangue, cioè di colesterolo e trigliceridi. Circa l'80% del colesterolo nel sangue è prodotto dall'organismo, mentre solo il 20% dipende dall'alimentazione: le statine bloccano un enzima (idrossi-metilglutaril-coenzima A reduttasi) indispensabile per il processo di produzione del colesterolo da parte dell'organismo, riducendo così i livelli del colesterolo Ldl (dall'inglese Low density lipoprotein, lipoproteine a bassa densità). L'assunzione di statine può ridurre del 30-40% il valore di colesterolo totale, rappresentato dalla somma di Ldl e Hdl (dall'inglese High density lipoprotein, lipoproteine ad alta densità), agendo sulla quantità del colesterolo Ldl con una diminuzione anche del 50-60%, mentre i livelli del colesterolo Hdl rimangono invariati o possono, addirittura, aumentare».

In sintesi, le statine sono una classe di farmaci ipolipemizzanti usati per ridurre i livelli del cosiddetto colesterolo cattivo e, in alcuni casi, anche i trigliceridi. «Sono uno degli strumenti più efficaci nella prevenzione delle malattie cardiovascolari associate all'ipercolesterolemia, perché agiscono alla radice del problema, riducendo la formazione delle placche che ostruiscono le arterie e portano a infarto o ictus», continua Brambilla. «Con meno Ldl in circolo, diminuisce il deposito di grassi nelle pareti dei vasi sanguigni. E le statine favoriscono anche un effetto antinfiammatorio e stabilizzante sulla placca, cioè rendono le placche già formate meno fragili, quindi meno soggette a rompersi e provocare trombi. Questo è cruciale, perché la rottura della placca è l'evento che scatena infarti e ictus ischemici».

Per chiarire: le statine non «sciolgono» le placche aterosclerotiche come se fossero calcare nelle arterie, ma ne riducono il contenuto lipidico, ne rallentano la crescita e le rendono più stabili, quindi meno pericolose. «Possono anche ridurre leggermente il volume della placca lipidica già esistente», dice il cardiologo, «soprattutto se la terapia è continuativa e combinata con uno stile di vita sano».



Luisa Carlucci

## La rivelazione a Belve

In una recente puntata di *Belve*, su Rai 2, De Filippi ha dichiarato alla conduttrice Francesca Fagnani (sotto) di assumere ogni sera un farmaco contro il colesterolo alto.

## Quando e come si usano

Le statine vengono generalmente prescritte in caso di ipercolesterolemia, anche di tipo familiare (una malattia ereditaria causata da un'alterazione genetica che provoca l'aumento del colesterolo Ldl nel sangue). «Sono raccomandate nelle persone che soffrono di malattie cardiovascolari o che, in assenza di patologia, presentano un rischio medio, o alto, di svilupparla nei dieci anni successivi (per età, sovrappeso, familiarità o altri fattori di rischio)», spiega Brambilla.

Quando i cambiamenti dello stile di vita, dalla dieta sana all'attività fisica, non vengono adottati o non sono sufficienti a riportare i lipidi a livelli accettabili, il medico di solito prescrive i farmaci.

«Le statine si presentano sotto forma di compresse da prendere una volta al giorno, sempre alla stessa ora, in genere la sera prima di andare a dormire», dicono gli esperti dell'Iss. «Può capitare di dimenticare di prendere il farmaco all'ora abituale: in questo caso basta riprendere la compressa il giorno seguente alla stessa ora. Se, invece, per errore si prendono più compresse, si deve contattare il proprio medico, o il farmacista, per avere un parere o ci si deve rivolgere a un ospedale». E ancora: «Nella maggior parte dei casi, la terapia con le statine va proseguita per

il resto della vita. Se si interrompe, il colesterolo ritorna a livelli elevati entro poche settimane».

L'uso è controindicato nelle persone con gravi malattie del fegato o nel caso in cui si sospetti un problema al fegato per il riscontro di valori alterati delle analisi del sangue. In genere, il medico valuta i risultati delle analisi e indica i controlli da eseguire a distanza di tre e 12 mesi dall'inizio della terapia.





### ❖ Effetti collaterali comuni

Pur essendo farmaci largamente utilizzati e con comprovata efficacia, le statine possono avere effetti collaterali, che variano da persona a persona e a seconda del tipo di statina utilizzata. Quelli più comuni includono:

- perdita di sangue dal naso (epistassi);
  - gola infiammata;
  - naso che cola o chiuso (rinite non allergica);
  - mal di testa;
  - malessere generale;
  - disturbi gastrointestinali, quali diarrea, flatulenza, stipsi, difficoltà di digestione;
  - dolore muscolare e articolare;
  - iperglicemia;
  - rischio aumentato di diabete (lieve, e solo per alcune statine ad alti dosaggi; peraltro, con l'adozione di stili di vita sani può essere ben controllato).
- «Occasionalmente, le statine possono causare infiammazione e danno ai muscoli», si legge sempre sul sito dell'Istituto superiore di sanità. «Se compare dolore, sensibilità e debolezza muscolare non spiegabili con l'aver eseguito un intenso sforzo fisico, è necessario parlarne subito al proprio medico. In questo caso potrà essere necessario misurare il livello nel sangue della creatinichinasi (Ck), una sostanza rilasciata nel sangue dai muscoli infiammati o danneggiati. Se i livelli dovessero risultare più alti di cinque volte rispetto ai valori normali, il medico potrebbe indicare la sospensione momentanea delle statine e prescrivere un dosaggio più basso».

Oltre al monitoraggio di colesterolo e trigliceridi, anche glicemia e transaminasi vanno controllate per valutare nel tempo l'efficacia della terapia ma anche la tollerabilità dei farmaci.

### Le nuove molecole

Le statine rappresentano una pietra miliare nella prevenzione delle malattie cardiovascolari associate al colesterolo alto. «Ma oggi si fa spesso ricorso anche alla loro combinazione con l'ezetimibe», dice il direttore medico della Don Gnocchi. «Questo principio impedisce l'assorbimento a livello intestinale del colesterolo introdotto con gli alimenti. Per i pazienti refrattari a queste terapie o per

### L'insorgenza di malattie cardiovascolari

- L'insorgere di malattie cardiovascolari è legato al livello di colesterolo nel sangue, come si legge sul sito dell'Istituto superiore di sanità.
- Se i livelli di colesterolo Ldl sono troppo elevati, questo tende lentamente a depositarsi sulla parete interna delle arterie, favorendo lo sviluppo dell'aterosclerosi.
- Il colesterolo Hdl viene anche chiamato "colesterolo buono", perché protegge le arterie, rimuovendo il colesterolo in eccesso.
- Elevati livelli di trigliceridi non favoriscono direttamente l'aterosclerosi, ma sono spesso associati a valori alti di colesterolo Ldl e bassi di colesterolo Hdl e ad altre malattie, come il diabete e l'obesità.
- Una concentrazione troppo alta di colesterolo (ipercolesterolemia) e trigliceridi rappresenta un importante fattore di rischio per l'insorgenza di malattie cardiovascolari.

cui è indicato un drastico calo dei livelli di colesterolo Ldl, da poco c'è anche l'indicazione all'uso degli anticorpi monoclonali, prima impiegati soltanto per trattare i casi di ipercolesterolemia familiare. E c'è anche un farmaco a base di acido bempedoico, un ipolipemizzante di nuova generazione».

### I limiti degli integratori

A soffrire di ipercolesterolemia, in Italia, sono quasi tre milioni di persone. Molti di questi, prima di iniziare una terapia farmacologica, cercano una soluzione negli integratori, come il riso rosso fermentato. «Questi integratori hanno dimostrato di poter ridurre del 10-15% i livelli di colesterolo Ldl, ma non ci sono studi che correlino l'assunzione alla riduzione delle dimensioni della placca aterosclerotica e degli eventi cardiovascolari», precisa Brambilla. Anche gli integratori, però, possono dare effetti collaterali.

Durante la puntata del programma *Belve* in cui intervistava Maria De Filippi, la giornalista Francesca Fagnani ha affermato che assume con regolarità la berberina, un integratore nutraceutico, e l'ha consigliata anche all'ospite. Ha detto: «Io la prendo, funziona», aggiungendo che «è una cosa naturale», «che attiva un enzima che riduce la sintesi del colesterolo nel fegato e anche l'assorbimento a livello intestinale».

Ne è nata una polemica sui media e sui social, soprattutto perché l'affermazione è stata fatta in un contesto televisivo divulgativo. Alcuni cardiologi hanno sottolineato che **la berberina è un integratore con un effetto molto più blando rispetto ai farmaci** approvati per ridurre il colesterolo Ldl, come le statine, e che il messaggio "naturale uguale sicuro" può essere pericoloso, se porta a non seguire una terapia farmacologica prescritta.

«Esistono studi clinici che hanno valutato l'efficacia della berberina su lipidi e glicemia, è vero, ma l'efficacia resta molto inferiore a quella delle statine e dei farmaci ipoglicemizzanti tradizionali», specifica Brambilla. Per questo motivo, le linee guida non la considerano una terapia sostitutiva, ma eventualmente un coadiuvante in soggetti con ipercolesterolemia lieve o intolleranza alle statine. ●

