

Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
	Rubrica			
	ACIDO URICO			
28	Il Messaggero	15/10/2014	<i>"MEDICO AMICO" CONTRO LA GOTTA (F.Filippi)</i>	2
19	Il Mattino	15/10/2014	<i>"MEDICO AMICO" CONTRO LA GOTTA (F.Filippi)</i>	4
	Clicmedicina.it	14/10/2014	<i>"CRISTALLI" NEL SANGUE NUOVI NEMICI DEL CUORE: ACIDO URICO TROPPO ALTO IN 4 INFARTI SU 10</i>	5
	It.Paperblog.Com	14/10/2014	<i>ACIDO URICO ALTO, COSA FARE</i>	7

Il 25 ottobre in 26 città italiane sarà la giornata nazionale dedicata all'uricemia: tutti potranno misurare i livelli di acido nel sangue con controlli facili e gratuiti

“Medico amico” contro la gotta

IL RISCHIO

Era la “malattia dei re”. Oggi è molto più democratica e può colpire chiunque. Era associata agli uomini benestanti, a chi mangiava e beveva tanto. Oggi sappiamo che insorge quando l'organismo ha difficoltà ad eliminare l'acido urico. Era la gotta, una patologia reumatica cronica, oggi si chiama iperuricemia legata a doppio filo con un incremento del rischio cardiovascolare. E' complice di 4 infarti su 10.

L'acido urico si deposita sotto forma di cristalli di urato e può diventare una minaccia come il colesterolo alto e l'ipertensione. Un pericolo nascosto, fino ad oggi misurato (analisi sangue) nei casi in cui il paziente presenta sintomi di un'artrite infiammatoria.

Proprio per far conoscere questo nuovo fattore di rischio (favorisce anche la comparsa della resistenza all'insulina e la comparsa di aterosclerosi) e l'importanza di

tenerlo sotto controllo i medici di famiglia dello Snamì, da sabato 18, inizieranno corsi di formazione mentre dal 25 ottobre, negli ipermercati di 26 città, organizzeranno il “Medico Amico Day”. Sarà la prima giornata dedicata, appunto, al controllo dell'uricemia. Tutti potranno misurare i livelli di acido urico grazie ad un test del sangue gratuito e ricevere informazioni (www.medicoamicoday.it).

«I meccanismi del danno da acido urico sono molteplici e complessi - spiega Claudio Borghi, ordinario di Medicina interna all'università di Bologna - I cristalli di urato che si depositano sulla parete dei vasi aumentano la possibilità di formazione della placca aterosclerotica, a cui contribuiscono anche i processi di sintesi dell'acido urico portando alla formazione di una grossa quantità di sostanze ossidanti che alterano la parete dei vasi».

LE ANALISI

Nei centri commerciali sarà possibile fare l'analisi e avere informazioni anche rispetto ai propri fattori di rischio cardiovascolare. Sulle orme di Michelle Obama che ha avviato una campagna per combattere l'acido urico incrementando il consumo di frutta e verdura. «Tredici milioni gli italiani a rischio. Il 70% di chi ha misurato almeno una volta l'uricemia - fa sapere Angelo Testa presidente Snamì e promotore del progetto “Medico Amico Day” - non ripete l'esame più di una volta all'anno. La prima strategia da seguire, oltre quella farmacologica, prevede un riordino del menù riducendo alcuni alimenti particolarmente proteici e carichi di acidi nucleici, le purine». Chi ha problemi con il livello di acido urico limiti il consumo di birra, superalcolici, selvaggina, fegato, sardine. Nessuna restrizione per latte, uova, formaggi, verdure (tranne asparagi, spinaci, cavolfiori), frutta, pane, pasta e cereali.

Francesca Filippi

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**ANGELO TESTA,
PRESIDENTE SNAMI:
«SONO UNDICI MILIONI
GLI ITALIANI A RISCHIO
LAVORIAMO
NELLA PREVENZIONE»**



Frutta e verdura al posto della carne

LA CAMPAGNA Michelle Obama da tempo è impegnata in una campagna per informare sui rischi dell'acido urico alto

Le regole

Poca carne



► Limitare i prodotti di origine animale, si alle uova e ai latticini

Limitare i salumi

► Salumi ed insaccati con moderazione, come i fagioli e le lenticchie

Sì alla pasta



► La dieta ricca di carboidrati aiuta ad eliminare l'acido urico



Il 25 ottobre in 26 città italiane sarà la giornata nazionale dedicata all'uricemia: tutti potranno misurare i livelli di acido nel sangue con controlli facili e gratuiti

“Medico amico” contro la gotta

IL RISCHIO

Era la “malattia dei re”. Oggi è molto più democratica e può colpire chiunque. Era associata agli uomini benestanti, a chi mangiava e beveva tanto. Oggi sappiamo che insorge quando l'organismo ha difficoltà ad eliminare l'acido urico. Era la gotta, una patologia reumatica cronica, oggi si chiama iperuricemia legata a doppio filo con un incremento del rischio cardiovascolare. E' complice di 4 infarti su 10.

L'acido urico si deposita sotto forma di cristalli di urato e può diventare una minaccia come il colesterolo alto e l'ipertensione. Un pericolo nascosto, fino ad oggi misurato (analisi sangue) nei casi in cui il paziente presenta sintomi di un'artrite infiammatoria.

Proprio per far conoscere questo nuovo fattore di rischio (favorisce anche la comparsa della resistenza all'insulina e la comparsa di aterosclerosi) e l'importanza di tenerlo sotto controllo i medici di famiglia dello Snamì, da sabato 18, inizieranno corsi di formazione mentre dal 25 ottobre, negli ipermercati di 26 città, organizzeranno il “Medico Amico Day”. Sarà la prima giornata dedicata, appunto,

Le regole

Poca carne



► Limitare i prodotti di origine animale, sì alle uova e ai latticini

Limitare i salumi

► Salumi ed insaccati con moderazione, come i fagioli e le lenticchie

Sì alla pasta



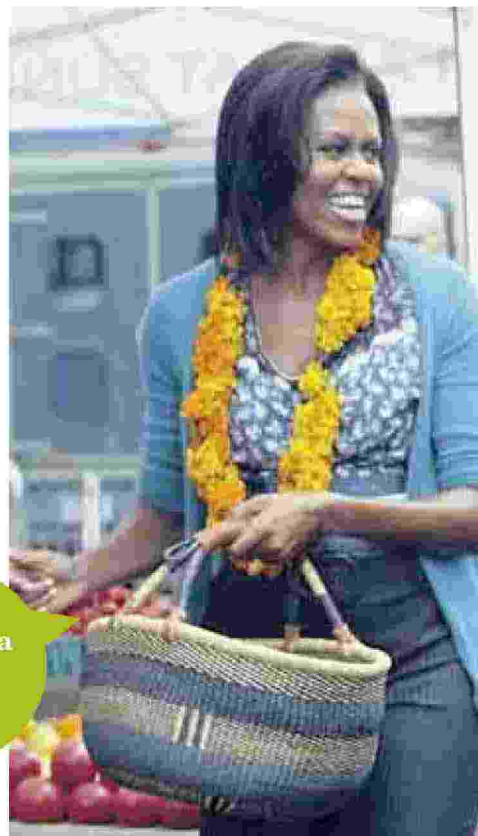
► La dieta ricca di carboidrati aiuta ad eliminare l'acido urico

al controllo dell'uricemia. Tutti potranno misurare i livelli di **acido urico** grazie ad un test del sangue gratuito e ricevere informazioni (www.medicoamicoday.it). «I meccanismi del danno da **acido urico** sono molteplici e complessi – spiega Claudio Borghi, ordinario di Medicina interna all'università di Bologna – I cristalli di urato che si depositano sulla parete dei vasi aumentano la possibilità di formazione della placca aterosclerotica, a cui contribuiscono anche i processi di sintesi dell'**acido urico** portando alla formazione di una grossa quantità di sostanze ossidanti che alterano la parete dei vasi».

LE ANALISI

Nei centri commerciali sarà possibile fare l'analisi e avere informazioni anche rispetto ai propri fattori di rischio cardiovascolare. Sulle orme di Michelle Obama che ha avviato una campagna per combattere l'acido urico incrementando il consumo di frutta e verdura. «Tredici milioni gli italiani a rischio. Il 70% di chi ha misurato almeno una volta l'uricemia – fa sapere Angelo Testa presidente Snamì e promotore del progetto “Medico Ami-

Frutta e verdura al posto della carne



LA CAMPAGNA
Michelle Obama da tempo è impegnata in una campagna per informare sui rischi dell'acido urico alto

ANGELO TESTA, PRESIDENTE Snamì: «SONO UNDICI MILIONI GLI ITALIANI A RISCHIO LAVORIAMO NELLA PREVENZIONE»

co Day” – non ripete l'esame più di una volta all'anno. La prima strategia da seguire, oltre quella farmacologica, prevede un riordino del menù riducendo alcuni alimenti particolarmente proteici e carichi di acidi nucleici, le purine». Chi ha problemi con il livello di **acido urico** limiti il consumo di birra, superalcolici, selvaggina, fegato, sardine. Nessuna restrizione per latte, uova, formaggi, verdure (tranne asparagi, spinaci, cavolfiori), frutta, pane, pasta e cereali.

Francesca Filippi

© RIPRODUZIONE RISERVATA





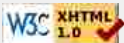
Questo spazio pubblicitario è libero
PRENOTALO!!!

à il tuo banner! [Clicca](#)

[Homepage](#) | [Archivio n. precedenti](#) | [Chi siamo](#) | [La nostra politica](#) | [Contattaci](#) | [Filmati](#) | [Chat medica](#) | [Lavora con noi](#) | [Privacy](#)

[clicMedicina Engine](#) | [Spazi pubblicitari](#) | [Cerca uno Specialista](#) | [Chiedi allo Specialista](#) | [Le risposte ai lettori](#) | [Iscrizione Newsletter](#)

- clicMedicina come tua pagina iniziale
- Segnala clicMedicina ad un amico



Genova Anno XII - n. 59 - 10.09.2014 Pagine Nazionali

AGGIORNAMENTI del 14/10/2014

"Cristalli" nel sangue nuovi nemici del cuore: acido urico troppo alto in 4 infarti su 10

Stefania Bortolotti - redazione@clicmedicina.it



Tredici milioni di italiani nascondono nei vasi sanguigni "gemme" che sono però tutt'altro che preziose. L'acido urico che si deposita appunto sotto forma di cristalli di urato è infatti una minaccia per il cuore e la circolazione perché secondo le ricerche che negli ultimi anni si sono susseguite, è un fattore di rischio cardiovascolare corresponsabile di 4 infarti su 10, soprattutto in chi ha già colesterolo alto, ipertensione e iperglicemia.

"Considerando la soglia attuale di rischio fissata in 6 milligrammi per decilitro di sangue si è dimostrato, che per ogni incremento di 1 milligrammo il rischio di complicanze cardiovascolari gravi cresce dal 9 al 26%, con un parallelo incremento della mortalità e aumenta di oltre il 20% il pericolo d'ictus" - spiega **Claudio Borghi**, Ordinario di Medicina Interna all'Università di Bologna e coordinatore del documento di consenso sulla revisione dei livelli di acido urico

come fattore di rischio cardiovascolare "L'eccesso di acido urico inoltre aumenta il rischio di ipertensione arteriosa e danni renali, e quasi triplica la probabilità di diabete tanto che alcuni studi sperimentali suggeriscono che l'iperuricemia possa essere un fattore di rischio più temibile del colesterolo".

"Purtroppo l'acido urico finora poco considerato, è noto solo a chi soffre di gotta e come causa principale di questa malattia" commenta **Angelo Testa**, Presidente SNAMI e promotore del Progetto Medico Amico - "Sebbene le stime parlino di circa 13 milioni di italiani con l'uricemia 'sballata', la maggior parte non lo sa perché pochi la controllano, pochissimi di routine: appena il 2% della popolazione sa che cosa sia l'acido urico o l'ha mai misurato, mentre il 70% di chi ha misurato almeno una volta l'uricemia non ripete il test più di una volta all'anno. Proprio per ottenere una maggiore consapevolezza degli italiani nei confronti di questo nuovo nemico del cuore e sull'importanza di tenerlo sotto controllo, il 25 ottobre si terrà il Medico Amico Day, la prima giornata nazionale dedicata al controllo dell'iperuricemia promossa da SNAMI. Negli ipermercati di 26 fra le più importanti città italiane, sarà possibile misurare l'acido urico nel sangue e ricevere informazioni su come prevenire e combattere l'iperuricemia".



"I meccanismi del danno da acido urico sono molteplici e complessi - interviene di nuovo **Borghi** - I cristalli di urato che si depositano sulla parete dei vasi aumentano la possibilità di formazione della "placca" aterosclerotica, a cui contribuiscono anche i processi di sintesi dell'acido urico portando alla formazione di una grossa quantità di sostanze ossidanti che alterano l'endotelio della parete dei vasi rendendoli più suscettibili alla comparsa di aterosclerosi".

"I danni dell'iperuricemia sono particolarmente evidenti nei pazienti che possiedono uno o più fattori di rischio cardiovascolare, nei quali risulta ancora più importante la conoscenza dei livelli di uricemia che possono risultare "fuori soglia" anche per un valore più basso fino a 5,5 milligrammi per decilitro tanto che si discute se il valore limite debba essere un po' abbassato" - aggiunge **Testa** - "Tuttavia, come spesso accade, un parametro numerico non va considerato da solo in quanto tale, ma valutato nell'ambito della condizione del singolo soggetto e delle sue caratteristiche per capire se i livelli elevati di acido urico sono una minaccia reale o vanno soltanto monitorati. Per questo uno degli obiettivi del progetto Medico Amico è anche la formazione dei medici perché sappiano se e quando richiedere l'esame e soprattutto riescano a mettere a punto una strategia di prevenzione".

Il test è semplice ed economico, basta una goccia di sangue. In caso del riscontro di iperuricemia, è opportuno cercare di rientrare nella norma per non correre inutili rischi.

"A seconda del profilo generale del paziente si può decidere di essere più o meno aggressivi, tenendo conto di tutti gli altri elementi di pericolo – osserva **Giovambattista Desideri**, Professore Associato di Medicina Interna all'Università dell'Aquila - La prima e più importante strategia è una revisione dell'alimentazione che è una grossa fonte di **acido urico**. Per tenere sotto controllo l'uricemia bisogna ridurre l'apporto di purine, acidi nucleici che portano alla sintesi di **acido urico** e che si trovano in abbondanza nelle frattaglie, nella selvaggina, nel pesce azzurro e nei molluschi. Evitare le carni grasse nella dieta è dunque un primo passo per migliorare i propri valori. Inoltre poiché lo stesso **acido urico** si forma dal metabolismo del fruttosio, sarebbe opportuno ridurre il consumo di cibi addizionati di tale zucchero come le bevande dolcificate e mantenere una buona idratazione. Se nonostante l'intervento dietetico non si vedono risultati o si ritiene che il paziente sia ad alto rischio, per diminuire l'uricemia si può ricorrere ai farmaci in grado di far scendere i livelli di **acido urico** circolante".

Per conoscere la propria uricemia e tutto quel che c'è da sapere per prevenire e combattere gli eccessi, l'appuntamento è **sabato 25 ottobre** negli ipermercati di Ancona, Aosta, Bari, Biella, Bologna, Cagliari, Caserta, Catanzaro, Ferrara, Firenze, Lecce, Matera, Messina, Monza, Napoli, Palermo, Pavia, Pescara, Reggio Calabria, Roma, Savona, Terni, Torino, Trento, Treviso e Udine: i medici di SNAMI saranno a disposizione per visite gratuite, consulenze e per l'esame della pressione e dell'uricemia.

"I dati raccolti saranno poi analizzati per capire la diffusione dell'iperuricemia in Italia e le caratteristiche dei pazienti con questo fattore di rischio cardiovascolare; i risultati confluiranno in un Libro Bianco che sarà consegnato al Ministero della Salute durante il Congresso Nazionale Direttivo SNAMI, a metà dicembre", conclude **Testa**.

Stefania Bortolotti

Fonte foto: <http://www.quotidianosanita.it>

[Homepage](#) | [Archivio n. precedenti](#) | [Chi siamo](#) | [La nostra politica](#) | [Contattaci](#) | [Filmati](#) | [Chat medica](#) | [Lavora con noi](#) | [Privacy](#)

clicMedicina s.r.l. - Marchi depositati - Riproduzione vietata
Testata Giornalistica Iscritta al Tribunale di Genova n. 9 del 05/06/2002

Home

Proponi il tuo blog

Seguici su



Username

Password

ricorda

Connettersi

dimenticati?

- Società
- Cultura
- Cinema
- Musica
- Libri
- Viaggi
- Tecnologia
- Sport
- Curiosità
- Gossip
- Per Lei
- Sesso
- Cucina
- Salute
- Scienze
- Media & Co
- Lifestyle
- Lavoro
- Tutti i Magazine

Ricarica online almeno 10€
Per te 2 accessori a scelta IN REGALO
Ricarica Ora > Vodafone



Non ancora membro?

Proponi il tuo blog

Magazine Salute e Benessere

Giochi

HOME > SALUTE E BENESSERE

Acido urico alto, cosa fare

Creato il 13 ottobre 2014 da Giannip



L'acido urico alto può creare dei disturbi non indifferenti all'organismo umano, per questo è consigliabile sempre tenere

Vedi articolo originale

Segnala un abuso

A proposito dell'autore



Giannip

1116 voti

Vedi il suo profilo

Vedi il suo blog



I suoi ultimi articoli

- Alimentazione corretta, le regole principali
- Temperatura corporea bassa, cause
- Eritrociti bassi, cosa accade?
- La pizza bruciata fa male? I cibi bruciacchiati sono cancerogeni?

Vedi tutti

Ricerca un articolo

In tutti i Magazine

CALCOLA RE AUTO

Scopri subito quanto puoi risparmiare

CALCOLA IL PREZZO



I PIU' LETTI DI SALUTE E BENESSERE

Del giorno

Della settimana

Del mese

sotto controllo tale valore. Innanzitutto è importante capire che cos'è l'**acido urico** e perché chiaramente deve mantenersi sempre nella norma. Si tratta di una sostanza di scarto del metabolismo prodotta dalle cellule e la sua concentrazione nel sangue indica la corretta funzionalità renale.

Valori acido urico

Per capire se si parla di **acido urico alto**, ovviamente è opportuno conoscere i valori standard di tale sostanza di scarto dell'organismo umano, sia per quel che riguarda le donne che gli uomini. Solitamente nelle donne i valori normali si aggirano da 2,40 a 5,70 mg/Dl di sangue, negli uomini da 3,40 a 7,00 mg/Dl di sangue. Ecco che quindi si parla di **acido urico alto** quando dalle analisi emergono valori superiori a quelli appena evidenziati. Esistono dei sintomi sia fisici che di laboratorio in grado di far percepire **quest'acido urico alto** ed è qui che bisogna intervenire immediatamente per evitare che la situazione possa degenerare.

Sintomi e cause acido urico alto

Innanzitutto si avvertono dei **dolori articolari**, questo perché molto spesso l'**acido urico** in eccesso si deposita nelle zone

alzheimer's association
 Ecco in che modo l'Alzheimer colpisce il cervello.
 Fate il nostro Brain Tour.

Dossier Paperblog

- Psoriasi Malattie
- Alcolismo Malattie

Il gioco del 15 (prima parte) di Massimo Silvano Galli

"Il motivo per cui salto": l'eroismo dell'autismo raccontato da Naoki di Warrighetti

Ki della Natura: elemento Aria di Stefano Bresciani

Aloe non è una medicina, eppur ... guarisce (libro) di Fabio

Tutti gli articoli

TEMATICHE POPOLARI

Omeopatia Asma Emicrania Autismo
Virus Ebola Herpes Leucemia **Stress**
 AIDS Allergie **Diabete** Aborto
Alzheimer Cancro al Seno
Depressione Cancro Influenza
 Parkinson **piante** Toxoplasmosi Acne Pillola
 Colera Smettere di fumare Feng shui
 Raffreddore **Obesità Suicidio** Lupus
 Eutanasia

I Più Consigliati di SALUTE E BENESSERE

Settimana	Mese	Anno
	Dormire poco o tanto, quanto fa bene alla salute? di Simonellif	
	La pizza può essere cancerogena? di Informasalus	

Tutti gli articoli

LA COMMUNITY SALUTE E BENESSERE

delle articolazioni creando dolore, ma allo stesso tempo generando gonfiore e febbre. Altri sintomi legati all'acido urico alto sono ipertensione, coliche renali e prurito. Per quel che riguarda i sintomi di laboratorio si avvertiranno livelli alti di colesterolo, ferritina alta ed anche Ves alta. Le cause dell'acido urico alto sono di origine patologiche e non solo, nel primo caso spazio a malattie come la sindrome da lisi tumorale, glicogenosi di tipo I, psoriasi, policitemia, emolisi, diabete, insufficienza renale. Per le cause non patologiche spazio ad alcolismo, dieta errata ed abuso di farmaci. L'acido urico alto può generare gotta, problemi renali, diabete e patologie cardiovascolari, infine gestosi.

Diabete Malattie

Magazine

Salute e Benessere





L'AUTORE DEL GIORNO



Redatagli

Tutto sull'autore

Diventa membro

TOP UTENTI	
	giannip 6037583 pt
	angel121 981528 pt
	andy04 787704 pt
	belloweb 678510 pt



Watch life-changing stories unfold.

START SOMETHING



Download Normale

Premium Download

FLYCELL

Mi piace Iscriviti per vedere cosa piace ai tuoi amici.

Potrebbero interessarti anche

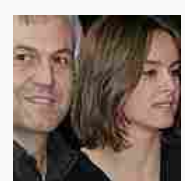
			
Le misure del seno perfetto: ecco come sono cambiati i gusti di uomini e donne (Vogue)	Foto: come ampliare un appartamento di 90 mq (elledecor.it)	10 orrori della chirurgia plastica (HitParades.it)	Tutte pazze per il carré (Donna Moderna)



Elisabetta Canalis: tutto sul matrimonio (Vogue)



Come evitare il mal di piedi da tacchi alti (Marie Claire)



Kasia Smutniak ha partorito: è nato Leone



10 trucchi per imparare le lingue (Babel)

SUL FORUM SALUTE E BENESSERE

Milano: ragazzina si ammala dopo il ... commentato da Andrea

Tea Tree oil, una manna dal ... commentato da Nicola

Agricoltura sociale, primo passo! Camera approva commentato da Malcomz

I GIOCHI SU PAPERBLOG

Arcade Casino Rompicapo




Pacman Pac-Man è un video gioco creato nel 1979 da Toru..... Gioca

Nostradamus Nostradamus è un gioco "shoot them up" con una..... Gioca

Potrebbero interessarti anche :

- Acido folico
- Lenti a contatto con acido ialuronico: i vantaggi
- Recensione: nature's arga' - cc cream minerale - crema uniformante con olio di...

Powered by

		
Belkin F8n706cw Pellicola Proteggischermo vedi l'offerta	Punta Tonda In Pelle Tacco Piatto Appartamenti Di vedi l'offerta	37cs Mxs Colore Uv Color Gel Entro 12 Pure 12 Glitter vedi l'offerta