

analgesia e traumi



BRUFEN ANALGESICO
12 compresse da 400mg



FLECTORGO
30 capsule molli da 25mg

stomaco e intestino



ENTEROGERMINA
2 o 6 miliardi



YOVIS
25 miliardi - 10 flaconcini



MAALOX REFLU RAPID
20 bustine da 10ml

influenza e apparato respiratorio



NEOBOROCILLINA
Propolmiele+
Pastiglie o Spray



RESVIS
Forte o Junior



Settembre/ottobre 2025

EXPERTA

La farmacia che ti ascolta



**Posso
aiutarti?**

Scopri i nostri
consigli per te

www.farmaciaexperta.it

Offerte valide nelle farmacie aderenti all'iniziativa e fino a esaurimento scorte. Sono farmaci tenere fuori dalla portata dei bambini. Per le indicazioni d'uso attenersi al foglietto illustrativo. I prezzi soggetti a sconto sono i prezzi al pubblico consigliati.

COLESTEROLO, TRIGLICERIDI E GLICEMIA: TRE PARAMETRI METABOLICI DA NON SOTTOVALUTARE

*Colesterolo, trigliceridi e glicemia sono indicatori chiave della salute metabolica. Valori superiori ai limiti raccomandati, lanciano un segnale da non sottovalutare. Alimentazione scorretta, stile di vita sedentario e avanzare dell'età sono alcuni dei fattori che possono compromettere l'equilibrio metabolico del nostro corpo, portando a valori fuori norma di questi indicatori. L'alterazione di uno o più di questi parametri può innescare una reazione a catena che, se trascurata, può sfociare nella cosiddetta **Sindrome Metabolica**¹, una condizione che si presenta quando almeno tre parametri metabolici sono oltre i valori soglia.*

Colesterolo: non tutto è "cattivo"

Il colesterolo è una sostanza fondamentale, prodotta in parte dal fegato e in parte introdotta con l'alimentazione. È un costituente delle membrane cellulari ed è essenziale per la sintesi di ormoni, vitamina D e acidi biliari. Un eccesso di colesterolo nel sangue può iniziare a depositarsi sulle pareti dei vasi sanguigni e favorire la formazione di placche (aterosclerosi) che ostacolano il flusso sanguigno, compromettendo la salute cardiovascolare. Grassi saturi, sedentarietà e sovrappeso favoriscono l'ipercolesterolemia.

Valori di riferimento²:

- Colesterolo totale: fino a 200 mg/dl
- LDL (colesterolo "cattivo"): fino a 100 mg/dl
- HDL (colesterolo "buono"): non inferiore a 50 mg/dl

Trigliceridi: energia in eccesso

I trigliceridi sono un'altra forma di grasso presente nel sangue e rappresentano la primaria fonte di riserva energetica. Quando con la dieta vengono introdotti troppi grassi e carboidrati (zuccheri semplici), i livelli ematici di trigliceridi si alzano, aumentando il rischio cardiovascolare, soprattutto se associati a bassi livelli di HDL e alti livelli di LDL. Per questo è importante mantenerli a valori "desiderabili" e cioè inferiori a 150 mg/dl.²

Glicemia: l'equilibrio degli zuccheri

Il glucosio è la principale fonte di energia cellulare e la sua concentrazione nel sangue, indicata come glicemia, viene regolata dall'azione di ormoni specifici, come l'insulina che favorisce l'ingresso del glucosio nelle cellule e abbassa i valori di glicemia. Mantenere la glicemia entro certi livelli è importante per ridurre la predisposizione al rischio cardiovascolare o l'insorgenza di complicazioni più serie.

Valori a digiuno³:

- Normale: 70–110 mg/dl
- Alterata: 100–125 mg/dl
- Diabete: ≥ 126 mg/dl

Un'alimentazione ricca di zuccheri, la scarsa attività fisica e fattori genetici possono contribuire all'alterazione della glicemia. La prevenzione si basa su uno stile di vita sano.

Come agire in tempo?

È importante monitorare regolarmente colesterolo, trigliceridi e glicemia con le analisi del sangue. Se i valori superano i limiti consigliati, è importante comprenderne le cause e intervenire. Nelle fasi iniziali, la condizione è spesso reversibile.

Uno stile di vita corretto, con un'alimentazione equilibrata, attività fisica regolare e controllo del peso e della circonferenza addominale, è essenziale per prevenire e gestire i parametri metabolici alterati. Oltre all'approccio tradizionale, recenti studi, tra cui una ricerca pubblicata su *Nature Scientific Reports* nel 2020⁴, evidenziano l'efficacia di dispositivi medici a base di complessi vegetali che agiscono principalmente a livello intestinale attraverso la formazione di un gel, rallentando e riducendo l'assorbimento di grassi e carboidrati, riequilibrando il microbiota intestinale e normalizzando il transito intestinale. Tutto questo permette al fegato un corretto utilizzo dei nutrienti promuovendo il riassetto di colesterolemia, trigliceridemia e glicemia.

¹ www.hsr.it/news/2024/gennaio/sindrome-metabolica-cose-sintomi-cura

² Istituto Superiore di Sanità - EpiCentro - www.cuore.iss.it

³ American Heart Association - www.heart.org/en

⁴ Greco CM, Garetto S, Montellier E, Liu Y, Chen S, Baldi P, Sassone-Corsi P, Lucci J. A non-pharmacological therapeutic approach in the gut triggers distal metabolic rewiring capable of ameliorating diet-induced dysfunctions encompassed by metabolic syndrome. *Sci Rep.* 2020 Jul 31;10(1):12915. doi: 10.1038/s41598-020-69469-y. PMID: 32737396; PMCID: PMC7395094.

energia e umore



CARNIDYN PLUS
10 flaconcini

VITAMINA B12
30 film orodispersibili

CARNIDYN BOOST
20 bustine da 5g

cuore



METARECOD
40 Bustine

cura corpo



GOLD COLLAGEN
Forte Plus