

Glicemia

L'esame della glicemia nel sangue è un test per il controllo del metabolismo degli zuccheri nell'organismo perché mostra la quantità di zucchero, trasformato in glucosio a livello dell'intestino, presente nel sangue di una persona.

Perché si esegue

Questo test mette in luce, principalmente, il rischio di ammalarsi di diabete, malattia legata proprio all'incremento della glicemia nel sangue, cioè del glucosio che circola nel sangue. In ogni momento, infatti, la concentrazione di glucosio nel sangue deve essere costante, perché è il risultato di un equilibrio tra un processo naturale di eliminazione dal sangue del glucosio, che viene utilizzato dalle cellule come energia (la cosiddetta glicolisi o glicogenosintesi) e il processo di immissione del glucosio nel sangue attraverso il cibo (la cosiddetta gluconeogenesi o glicogenolisi). Si tratta di un test di screening, cioè di primo orientamento per il medico, a seguito del quale, se i valori del glucosio nel sangue sono elevati e, quindi, si sospetta la presenza di diabete, l'esame deve essere effettuato un seconda volta e, se il risultato è nuovamente elevato, il laboratorio è in grado, oggi, di diagnosticare il diabete.

A volte viene, comunque, consigliato un ulteriore esame di approfondimento, perché in alcuni casi possono persistere situazioni dubbie (per esempio, la seconda volta che viene effettuato il prelievo il valore della glicemia non è elevato, ma è, comunque, troppo vicino al valore massimo). Per avere una diagnosi certa, quindi, l'esame di approfondimento generalmente consigliato è la "curva glicemica da carico", che serve per monitorare il comportamento della glicemia in fasi diverse della giornata, in particolare al mattino a digiuno, dopo aver assunto 75 grammi di glucosio e dopo tre ore, per verificare, successivamente all'introduzione di questo stimolo di glucosio, cosa succede nell'organismo, cioè se si riscontrano punte eccessive di zuccheri in alcuni orari della giornata. Se la glicemia, però, risulta già alta al mattino è importante non assumere il glucosio e non continuare con l'esecuzione dell'esame, perché potrebbe comportare complicanze. Dopo questa ulteriore indagine e se i valori sono elevati, si ha la diagnosi di "diabete conclamato".

A questo punto, per tenere il diabete sotto controllo nel tempo e verificare che la terapia che viene prescritta dal medico sia corretta, è necessario effettuare ad intervalli regolari l'"esame del glucosio a digiuno e post-prandiale", cioè un prelievo effettuato sia la mattina a digiuno, sia due ore dopo il pranzo per evidenziare come l'organismo reagisce al trattamento farmacologico o alla dieta prescritta, cioè verificare che non vi sia un aumento eccessivo dopo il pranzo della glicemia. Un caso a parte merita, invece, il "diabete in gravidanza". Infatti, la gravidanza stimola la produzione di glucosio nell'organismo che, però, può provocare complicanze nel feto, per questo è consigliato effettuare un test di screening iniziale in ogni donna in gravidanza per escludere la presenza di diabete. Questo test si chiama "minicurva" e la donna in gravidanza deve effettuare il prelievo al mattino a digiuno, dopo aver assunto 50 grammi di glucosio e dopo tre ore.

Come si fa

Si tratta di un semplice prelievo di sangue che deve essere eseguito a digiuno da almeno 12 ore, perché il glucosio viene influenzato in modo notevole dal cibo ingerito durante la giornata. I farmaci non influiscono sull'esito dell'esame, ma è sempre consigliabile informare il medico affinché possa valutare in modo globale il referto.

I risultati

VALORI NORMALI

Fino a 50 anni 60-115 mg/dl

Dopo i 50 anni 60-130 mg/dl

Cosa significa

- Se il valore del glucosio risulta più basso del normale, la cosiddetta ipoglicemia, le cause potrebbero essere legate ad uno “stile di vita” non del tutto corretto, riconducibile ad una cattiva alimentazione, a un digiuno eccessivamente prolungato, a iperattività muscolare o ad abuso di alcol.

Tra le cause legate, invece, strettamente all’organismo e, quindi, a possibili malattie, vi possono essere il malassorbimento dei carboidrati, alcuni deficit enzimatici (la cosiddetta glicogenosi) e i tumori del pancreas, che produce insulina (un ormone che svolge un ruolo fondamentale nel metabolismo degli zuccheri e dei grassi) in eccesso.

- Se il valore del glucosio risulta più alto del normale, cosiddetta iperglicemia, la causa principale è il diabete (si è carenti di insulina). Esistono due tipi di diabete:

- Diabete I, insulino-dipendente, in passato chiamato diabete “giovanile”, in cui si evidenzia una insufficienza di insulina che determina alti livelli di glicemia nel sangue. Per il trattamento di questo diabete occorre ricorrere a somministrazione farmacologica di insulina per evitare, a lungo andare, di andare incontro a complicanze quali malattie degli occhi, dei reni, delle vene e del cuore.

- Diabete II, insulino-indipendente, in passato chiamato diabete “senile”, caratterizzato da livelli di glicemia non eccessivamente elevati, in cui, però, la produzione di insulina è difettosa, anche se non carente. Questo tipo di diabete si riscontra soprattutto nelle persone in sovrappeso o durante la vecchiaia.