

# **Metabolismo do Colesterol e Recomendações Terapêuticas com Ênfase na Utilização de Fitoesteróis para a Redução do Colesterol**

Janaina Martins  
Maria de Lourdes Bellinaso  
Cristian Rafael Martins

O colesterol é um dos componentes lipídicos mais importantes do ponto de vista fisiológico e clínico para os organismos animais. Alterações no seu metabolismo levam ao desenvolvimento de dislipidemias como a hipercolesterolemia que é tida como quantidades aumentadas de colesterol total, principalmente representada pelo aumento da LDL-colesterol; hiperlipidemia mista, caracterizada por valores aumentados do colesterol total e dos triglicerídeos; HDL-C baixo, isolado ou em associação com aumento de LDL-colesterol e/ou de triglicerídeos. Destas dislipidemias a hipercolesterolemia é mais envolvida no processo de desenvolvimento da aterosclerose. Para o tratamento/prevenção das dislipidemias adota-se como recomendação terapêutica: mudança do estilo de vida, terapia medicamentosa e associação entre medicamentos e com produtos alimentares. Nesta tentativa de reduzir os níveis plasmáticos do colesterol e LDL-colesterol, tem-se os fitoesteróis como nova estratégia terapêutica. Os fitoesteróis atuam inibindo a absorção intestinal do colesterol, com conseqüente

redução na quantidade de moléculas de colesterol na circulação, VLDLs com menos colesterol e também LDLs, e aumento da síntese de receptores de LDL pelo fígado diminuindo portanto as concentrações de colesterol total e LDL-colesterol. Estes fitoesteróis atuam de maneira dose-dependente reduzindo o colesterol total e LDL-colesterol em média de 10% a 15%, respectivamente. Apresentam maior eficiência quando incorporados em mistura com gorduras, como as margarinhas, que favorecem a solubilização e incorporação dos fitoesteróis nas micelas digestivas, impedindo a absorção intestinal do colesterol.