

TESTATA: Donnamoderna.com

DATA: 18 settembre 2017



<http://www.donnamoderna.com/salute/albumina-che-cos-e-a-cosa-serve>

The screenshot shows the top navigation bar of the Donnamoderna.com website with categories like HOME, NEWS, BELLEZZA, MODA, SFILATE, CUCINA, RICETTE, and MAN. The main article title is "Albumina: che cos'è e a cosa serve" by Lidia Pregolato. A sub-header reads "Indica se fegato e reni funzionano alla perfezione, è adibita alla corretta distribuzione dei fluidi corporei e ha anche una funzione protettiva. Scopriamo che cos'è l'albumina e a cosa serve". To the right, there is a promotional banner for a book "Pink Floyd - The Wall" starting from September 19th. Below the article title, there is a large image of a person in a lab coat holding a test tube with red liquid. To the right of the image is a "Donna Moderna consiglia" section with a video player and a "Gli ultimi di Salute" section.

## Albumina: che cos'è e a cosa serve

**Indica se fegato e reni funzionano alla perfezione, è adibita alla corretta distribuzione dei fluidi corporei e ha anche una funzione protettiva. Scopriamo che cos'è l'albumina e a cosa serve**

di Lidia Pregolato

STUDIO RINALDI – IHRF  
Ufficio Stampa

Gerardo Mauro [germauro81@gmail.com](mailto:germauro81@gmail.com) – Tel. 328 8948120  
Pierluigi Di Monaco [pierluigi\\_di\\_monaco@hotmail.com](mailto:pierluigi_di_monaco@hotmail.com) – Tel. 328 8711115



Proteina contenuta nel sangue, l'**albumina** è molto importante per la nostra salute e i suoi valori sono da tenere sotto controllo per capire se il nostro **fegato** e **i nostri reni** funzionano come dovrebbero.

Per capire meglio il ruolo di questa proteina ci siamo rivolti a Mariangela Rucco, Biologa e Nutrizionista.

## Che cos'è l'albumina?

«L'albumina è la **proteina** più abbondante del sangue ed è prodotta dal **fegato**. Rappresenta il 60% del totale delle proteine che si trovano disciolte nel sangue. La sua concentrazione si riduce in presenza di una grave denutrizione, quando il fegato va incontro a cirrosi o quando i reni iniziano a non funzionare come dovrebbero», ci spiega la Dottoressa Rucco.

«La sua **principale funzione** è di regolare la corretta distribuzione dei fluidi corporei, ma non solo, tra le altre funzioni ricordiamo: legare e trasportare una grande quantità di sostanze endogene ed esogene, esplicando anche **funzioni protettive** con il sequestro di sostanze tossiche. Inoltre, grazie a residui di istidina è in grado di **regolare l'equilibrio acido-basale** responsabile della pressione oncotica plasmatica e possiede un **potere antiossidante** in quanto è la maggiore fonte extracellulare di gruppi sulfidrilici noti sequestratori di radicali liberi».

## Quali i valori di riferimento dell'albumina?

«A seconda del laboratorio di riferimento il range può cambiare. Generalmente **al di sotto di 7,2 mcg/min sono considerati normali**, tra 7,2 e 15 mcg/min di incerto significato, tra 15 e 150 si parla di microalbuminuria e al di sopra dei 150 di macroalbuminuria».

## Cosa mangiare in caso di albumina bassa?

«In caso di albumina bassa è importante consumare alimenti che possano aiutare a [drenare i liquidi](#) e aumentare i valori della proteina plasmatica.

STUDIO RINALDI – IHRF  
Ufficio Stampa

Gerardo Mauro [germauro81@gmail.com](mailto:germauro81@gmail.com) – Tel. 328 8948120  
Pierluigi Di Monaco [pierluigi\\_di\\_monaco@hotmail.com](mailto:pierluigi_di_monaco@hotmail.com) – Tel. 328 8711115

Tra i cibi che possono aiutare sicuramente quelli proteici, uno tra tutti l'albumina dell'uovo, ma anche latte, carne e pesce».

## **Come varia l'albumina in gravidanza?**

«In gravidanza è uno dei valori più importanti dell'esame delle urine. Quando i livelli di albumina sono alti possono essere un sintomo di gestosi, essere associati a una [pressione arteriosa alta](#) o, essendo l'albumina importante per la regolazione dei liquidi presenti nell'organismo, a un gonfiore a livello degli arti. Valori troppo bassi possono indicare un cattivo funzionamento del fegato, iperattività della tiroide o una dieta povera di proteine».

## **Cos'è l'albumina alfa 1?**

«È una classe di proteine globulari che si trovano nel plasma sanguigno e che vengono prodotte dal fegato. Si tratta di una proteina diffusa nelle cellule, adibita al trasporto di lipidi, grassi del sangue e ormoni», conclude la Dottoressa.

STUDIO RINALDI – IHRF

Ufficio Stampa

Gerardo Mauro [germauro81@gmail.com](mailto:germauro81@gmail.com) – Tel. 328 8948120

Pierluigi Di Monaco [pierluigi\\_di\\_monaco@hotmail.com](mailto:pierluigi_di_monaco@hotmail.com) – Tel. 328 8711115