

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

## ALCOOL E MALATTIE CARDIOVASCOLARI

C'è un acceso dibattito, sia nella letteratura scientifica, sia sui media tradizionali, sull'effetto dell'alcool: è possibile che il consumo, purché moderato, abbia un effetto protettivo sul cuore? Questa è la domanda a cui ha voluto dare una risposta una nuova meta-analisi. Questo studio, a differenza dei precedenti, ha indagato su un aspetto della questione ben definito, quello che implica un legame tra il consumo di alcool e la mortalità per disturbi cardiovascolari.

È stata effettuata una ricerca bibliografica molto dettagliata (Medline, Embase, atti congressuali) inerente gli studi condotti dal 1950 al settembre 2009. I ricercatori hanno considerato solo gli studi che mettevano in relazione il consumo di alcool con alcuni parametri specifici: la mortalità complessiva per le malattie cardiovascolari, l'incidenza e la mortalità per cardiopatia ischemica, e l'incidenza e la mortalità da ictus. Dei 4.235 studi individuati, ne sono stati selezionati 84.

I consumatori di alcool avevano un rischio ridotto rispetto ai non consumatori, pari rispettivamente a 0,75 (intervallo di confidenza al 95% 0,70 - 0,80) per la mortalità da cause cardiovascolari globali, a 0,71 (0,66 - 0,77) per l'incidenza di cardiopatia ischemica, a 0,75 (0,68 - 0,81) per la mortalità da cardiopatia ischemica. Per l'incidenza e mortalità da ictus la riduzione del rischio rilevata era non statisticamente significativa, probabilmente per un effetto opposto del consumo di alcool sul rischio di ictus ischemico (ridotto) e ictus emorragico (aumentato). Un'analisi quantitativa ha mostrato che il livello più basso di mortalità da cause cardiovascolari si raggiungeva con livelli di alcool compresi tra i 2,5 e i 14,9 g /die ( $\leq 1$  drink al giorno) e che un consumo di alcool superiore ai 60 g/die si associava a un aumentato rischio di ictus. Un'analisi secondaria di mortalità per tutte le cause mostrava un rischio più basso per i consumatori rispetto ai non consumatori, pari a 0,87 (0,83 - 0,92). I ricercatori hanno concluso che un leggero consumo di alcool è associato a un rischio minore di patologie cardiovascolari.

Gli Autori discutono l'opportunità che - a livello di Salute Pubblica - venga incoraggiato un consumo moderato di alcool in determinati sottogruppi di popolazione a rischio.

Tuttavia gli aspetti protettivi dell'alcool sulle patologie cardiovascolari (e sulla possibile mortalità da tutte le cause) evidenziati da questa meta-analisi non devono fare trascurare i rischi di altre patologie correlate al consumo di alcool. La Società Italiana di Alcoologia ricorda che "ai livelli moderati di consumo per i quali viene riportato un effetto protettivo sul rischio di mortalità cardiovascolare (in media 1-2 bicchieri al giorno di una qualsiasi bevanda alcolica pari a circa 10-20 grammi di alcool) si registrano contemporaneamente incrementi del rischio di numerosi tumori (incluso quello della mammella), di alcune patologie gastrointestinali (pancreatite, per esempio), di incidenti domestici e stradali, rischi che si incrementano in funzione delle quantità consumate (effetto dose-risposta)".

Fonte:

*Association of alcohol consumption with selected cardiovascular disease outcomes: a systematic review and meta-analysis. Ronksley PE, Brien SE, Turner BJ, Mukamal KJ, Ghali WA. BMJ. 2011 Feb 22.*