

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

CONSUMO DI LATTE E OSTEOARTROSI AL GINOCCHIO

Il consumo di latte potrebbe essere legato a una minore progressione dell'osteoartrosi del ginocchio. Lo sostiene uno studio pubblicato sulla rivista scientifica *Arthritis Care & Research*. Il legame positivo è stato però osservato solo nelle donne, e non negli uomini.

La ricerca ha cercato di studiare l'associazione tra il consumo di latte e la progressione dell'osteoartrosi del ginocchio, verificata con radiografie.

Nell'ambito dell'indagine Osteoarthritis Initiative, che ha coinvolto 2.148 partecipanti (per un totale di 3.064 ginocchia), sono stati raccolti all'inizio dello studio i dati derivanti dalle radiografie, sulla variazione dello spazio articolare tra femore e tibia, e tramite questionari dati sulle abitudini alimentari e il consumo di latte. I pazienti sono stati visitati a distanza di 12, 24, 36 e 48 mesi.

In questo studio è emersa una relazione dose-risposta tra l'apporto di latte e la progressione della malattia. I partecipanti sono stati suddivisi in gruppi, a seconda del consumo settimanale di nessun bicchiere di latte, tre o meno di tre bicchieri, da quattro a sei, e più di sette.

Nel tempo lo spazio articolare è diminuito di 0,38mm nelle donne che non bevevano latte, di 0,29mm nelle donne che bevevano fino a sei bicchieri di latte, e di appena 0,26mm nelle donne che bevevano più di sette bicchieri settimanalmente.

Fonte:

Milk consumption and progression of medial tibiofemoral knee osteoarthritis: Data from the Osteoarthritis Initiative. Lu B, Driban JB, Duryea J, McAlindon T, Lapane KL, Eaton CB. Arthritis Care Res (Hoboken). 2014 Apr 7. doi: 10.1002/acr.22297. [Epub ahead of print]