

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

INTROITI DI MAGNESIO E CALCIO E IL RISCHIO DI SVILUPPARE STEATOSI EPATICA E PREDIABETES

L'obesità e la resistenza all'insulina svolgono un ruolo importante nella patogenesi della steatosi epatica non alcolica (NAFLD). L'assunzione di magnesio è legata a un ridotto rischio di sindrome metabolica e insulino-resistenza; le persone con NAFLD o epatopatia alcolica hanno un alto rischio di sviluppare carenza di magnesio. Il presente studio si proponeva di indagare se le assunzioni di magnesio e calcio fossero associate al rischio di steatosi epatica e prediabete con il grado di assunzione di alcol. Hanno analizzato l'associazione tra assunzione di calcio o magnesio e steatosi epatica, prediabete o entrambi (prediabete e steatosi epatica) in analisi trasversali. È stata considerata la coorte di controlli di adulti statunitensi del terzo National Health and Nutrition Survey (NHANES III). Campione rappresentativo a livello nazionale degli adulti statunitensi in NHANES (n. 13 489). Dopo l'aggiustamento per i potenziali fattori confondenti, l'assunzione di magnesio è stata associata a circa il 30% di probabilità ridotta di sviluppare steatosi epatica e prediabete, confrontando il più alto quartile di assunzione rispetto al più basso. L'assunzione di magnesio può essere correlata a ridotte probabilità di steatosi epatica e prediabete solo in quelli in cui l'assunzione di calcio è inferiore a 1200 mg/die. L'assunzione di magnesio può anche essere associata a una ridotta probabilità di steatosi epatica tra i bevitori di alcool. Lo studio suggerisce che un'elevata assunzione di magnesio può essere associata a rischi ridotti di steatosi e prediabete. Ulteriori studi, in particolare studi prospettici di coorte, sono necessari per confermare i risultati.

Fonte: Li W, Zhu X, Song Y, Fan L, Wu L, Kabagambe EK, Hou L, Shrubsole MJ, Liu J, Dai Q. "Intakes of magnesium, calcium and risk of fatty liver disease and prediabetes" Public Health Nutr. 2018 Apr 2:1-8. doi: 10.1017/S1368980018000642. [Epub ahead of print]