

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

UN'ALIMENTAZIONE VEGETARIANA PER I RENI

Un'alimentazione vegetariana per i reni

I pazienti con un'insufficienza renale cronica hanno un bilancio del fosforo positivo. I livelli di fosforo sono però mantenuti normali attraverso la fosfaturia indotta dall'FGF23 (il fattore di crescita dei fibroblasti 23) e dal PTH (l'ormone paratiroideo). Questo fatto giustifica la raccomandazione di limitare l'apporto alimentare di fosforo a 800 mg/die. Tuttavia, osservano gli autori dello studio, la fonte proteica del fosfato potrebbe essere importante.

Per verificare questa ipotesi è stata condotta una sperimentazione che ha coinvolto nove pazienti con un GFR (Glomerular filtration rate) medio di 32 ml/min per confrontare un'alimentazione vegetariana e una onnivora con un contenuto di nutrienti equivalente. Per una settimana i pazienti hanno seguito un regime alimentare; dopo un periodo di attesa di 2-4 settimane hanno seguito l'altro regime. Durante le ultime 24 ore di ogni periodo settimanale di dieta i soggetti sono stati ricoverati e sono state condotte le analisi delle urine e del sangue.

I risultati mostrano che una settimana di regime vegetariano induce livelli serici di fosforo più bassi; sono più bassi anche i livelli di FGF23. L'alimentazione vegetariana e quella onnivora fanno variare in modo diverso i livelli di fosforo nel sangue, di calcio, di PTH, e di fosforo nelle urine.

Secondo gli autori, questo studio dimostra che l'origine delle proteine ha un effetto significativo sull'omeostasi del fosforo nei pazienti con un'insufficienza renale cronica. Sarebbe quindi utile fornire ai pazienti raccomandazioni sul livello totale di fosforo, ma anche sulla fonte di proteine da utilizzare.

Fonte:

Vegetarian Compared with Meat Dietary Protein Source and Phosphorus Homeostasis in Chronic Kidney Disease. Moe SM, Zidehsarai MP, Chambers MA, Jackman LA, Radcliffe JS, Trevino LL, Donahue SE, Asplin JR. Clin J Am Soc Nephrol. 2010 Dec 23. [Epub ahead of print]