

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

BAMBINI, SALE E PRESSIONE

Valori alti di pressione in bambini e adolescenti predispongono all'ipertensione da adulti e aumentano il rischio di un precoce sviluppo delle malattie cardiovascolari. Fattori di rischio dell'ipertensione, nei bambini come negli adulti, sono l'apporto di sodio e il sovrappeso o l'obesità. I ricercatori hanno quindi voluto valutare l'associazione tra l'assunzione di sodio con l'alimentazione abituale e la pressione sanguigna anche in relazione al peso corporeo nei bambini e negli adolescenti degli Stati Uniti. Sono stati coinvolti 6.235 bambini e adolescenti di età compresa tra gli 8 e i 18 anni che hanno partecipato all'indagine NHANES 2003-2008. È stato stimato il consueto apporto di sodio utilizzando più interviste sull'alimentazione nelle 24 ore precedenti. Si è visto che i soggetti dello studio consumavano una media di 3387 mg/die di sodio e che l'apporto di sodio aumentava con l'età. Il 37% dei soggetti era in sovrappeso oppure obeso, mentre la prevalenza dell'ipertensione o della preipertensione era del 14,9%. Ogni assunzione di 1.000 mg al giorno di sodio è stato associato ad un maggiore punteggio di deviazione standard (SDS) della pressione arteriosa sistolica pari a 0,097 tra tutti i soggetti e a 0,141 tra i soggetti sovrappeso/obesi. La media della pressione arteriosa sistolica cresceva al crescere dell'apporto di sodio, dai 106,2 mm Hg per quelli nel quartile più basso ai 108,8 mm Hg per quelli nel più alto; i valori variavano da 109,0 millimetri Hg a 112,8 mm Hg tra i soggetti in sovrappeso oppure obesi. Gli odds ratios che paragonavano il rischio di ipertensione o preipertensione tra chi era nel quartile più alto di consumo di sodio rispetto al più basso erano 2,0 tra tutti i soggetti e 3,5 tra quelli in sovrappeso/obesi. L'assunzione di sodio e il peso sembravano quindi avere effetti sinergici sul rischio per pre-ipertensione e ipertensione. In conclusione, l'assunzione di sodio è correlata positivamente con la pressione arteriosa sistolica e con il rischio di pre-ipertensione e ipertensione tra i bambini e gli adolescenti. Questa associazione può essere più forte tra coloro che sono in sovrappeso oppure obesi.

Fonte: Sodium Intake and Blood Pressure Among US Children and Adolescents. Yang Q, Zhang Z, Kuklina EV, Fang J, Ayala C, Hong Y, Loustalot F, Dai S, Gunn JP, Tian N, Cogswell ME, Merritt R. Pediatrics. 2012 Oct;130(4):611-9. doi: 10.1542/peds.2011-3870. Epub 2012 Sep 17.