

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

I LIMITI DELLA NUTRIZIONE EVIDENCE-BASED

Le revisioni sistematiche nel campo della nutrizione sono particolarmente complesse e presentano difficoltà che non sono comuni ad altri ambiti della medicina. In un articolo pubblicato sul Journal of Nutrition un gruppo di esperti ha elencato, con esempi concreti, i passi, la forza ed i limiti delle revisioni oggi disponibili, con una particolare attenzione ai fattori che possono influenzarne i risultati.

Il tentativo di dare un fondamento basato sulle prove scientifiche alle indicazioni nutrizionali è più facilmente perseguibile quando si pongono quesiti limitati, come l'efficacia e la sicurezza della vitamina D nel determinare la salute dell'osso, gli effetti della soia o degli acidi grassi omega3 sul benessere generale. Anche in questi casi però l'ostacolo maggiore è la quantificazione dell'apporto di un determinato nutriente, dal momento che in campo alimentare, a differenza di quanto avviene in ambito farmaceutico, questo parametro non è misurabile con certezza.

Altrettanto importante, dicono gli autori, è l'aggiornamento dei dati, dato che gli studi di nutrizione vengono pubblicati su riviste molto diverse tra loro, a volte come outcome secondari di studi che hanno un outcome primario di tipo diverso.

“Il processo di revisione sistematica può avere inizio solo quando si determina con certezza la domanda che si vuole porre” spiega nell'articolo Alice H. Lichtenstein, direttore del Cardiovascular Nutrition Laboratory presso il Jean Mayer USDA Human Nutrition Research Center on Aging della Tufts University. “Questo processo comunque non basta: data la complessità dei temi trattati e la scarsa diffusione di studi ben congegnati, al momento non si può fare a meno del parere degli esperti, specie nella messa a punto di indicazioni per la salute pubblica”.

Fonte:

Lichtenstein AH, Yehle EA, Lau J. Application of systematic review methodology to the field of nutrition. J Nutrition 2008; 138: 12.

Realizzato con il contributo del Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali
D.M. 25961 del 27/12/2007