

CONSUMO DI DOSI MODERATE DI ALCOOL E RISCHIO DI IPERTENSIONE IN GIOVANI DONNE: RISULTATI DI UNO STUDIO PROSPETTICO

Thadani R, et al. Arch Intern Med 2002; **162**, 569-574.

Riassunto

Background: il consumo di alcool in quantità elevata si associa ad un aumento del rischio di ipertensione. Tuttavia, non vi è chiarezza riguardo agli effetti, su questo parametro, del consumo di dosi moderate di alcool, ne' allo specifico effetto di vino, birra e liquori o all'importanza del profilo di assunzione di vino (occasionale o costante) in relazione al rischio di ipertensione.

Metodi: è stata esaminata prospetticamente l'associazione tra consumo di alcool e successivo rischio di ipertensione tra 70.891 donne di età compresa tra i 25 ed i 42 anni.

Risultati: durante il follow-up, della durata media di 8 anni, sono stati riportati, nella coorte, 4.188 nuovi casi (5,9%) di ipertensione. Dopo correzione per covariate multiple, l'associazione tra consumo di alcool e rischio di ipertensione seguiva una curva a forma di "J". Rispetto ai non bevitori, il rischio di sviluppare ipertensione in relazione al numero medio di drink consumati al giorno era il seguente: 0,25 drink/die: 0,96 (intervallo di confidenza al 95%, o IC 95%; 0,89-1,03); 0,26-0,50 drink/die: 0,86 (IC 95%: 0,75-0,98); 0,51-1,00 drink/die: 0,92 (IC 95%: 0,82-1,04); 1,01-1,50 drink/die: 1,00 (IC 95%: 0,80-1,24); 1,51-2,00 drink/die, 1,20 (IC 95%: 0,92-1,58); 2 drink/die: 1,31 (IC 95%: 1,02 - 1,68). Risultati simili sono stati ottenuti escludendo i soggetti che in passato avevano assunto alcool in eccesso.

Tra le donne incluse nella categoria a consumo più elevato di alcool, l'aumentato rischio di ipertensione sembrava indipendente dal tipo di bevanda alcoolica assunta (birra, vino o liquore). Il bere occasionale, definito come il consumo di più di 10,5 drink nell'arco di 3 giorni o meno alla settimana, non era associato invece con un aumentato rischio di ipertensione (rischio relativo: 0,80; IC 95%: 0,51-1,23).

Conclusioni: l'associazione tra consumo di alcool e rischio di ipertensione cronica in giovani donne segue una curva a forma di "J". Ciò significa che i bevitori moderati presentano una modesta riduzione del rischio di incorrere in questa patologia, mentre coloro che assumono più regolarmente grandi quantità di alcool hanno un aumento del rischio.

Commento

Il presente studio, condotto in un'ampia coorte di donne in giovane età, indica per la prima volta che il consumo di dosi moderate di alcool (da 0,25 a 0,5 drink al giorno) riduce significativamente il rischio di ipertensione cronica (-14%), e conferma invece che il consumo di più di 1,5 drink, per lo meno 5 volte alla settimana, si associa ad un incremento del rischio di incorrere in questa malattia (+44%). I risultati sono stati controllati per diversi fattori riguardanti lo stile di vita, che, come noto, possono influire sia sulla modalità di consumo di alcool, sia sul tipo di bevanda consumata. Emerge che l'azione dell'alcool sull'ipertensione non è verosimilmente da ascrivere ad una specifica bevanda alcolica. Inoltre risulta che un consumo occasionale di alcoolici non si riflette in un maggiore rischio di ipertensione cronica, sebbene siano conosciuti gli effetti avversi del bere episodico (eventi acuti cerebro- e cardiovascolari).

E' interessante sottolineare che l'associazione tra consumo di alcool e ipertensione ha mantenuto la forma a "J" anche eliminando dall'analisi le donne che in passato bevevano in eccesso. Questo permette di escludere l'ipotesi che l'effetto "anti-ipertensivo" dell'alcool sia in realtà dovuto alla cessazione del consumo, e non ad un effetto proprio dell'alcool *per se*. Nonostante lo studio si sia basato su dichiarazioni del consumo di alcool e su diagnosi di ipertensione personali, i risultati sono in linea con dati ottenuti nella popolazione maschile e costituiscono un importante *caveat* per le giovani donne: "*in medio stat virtus*" (che si può leggere: nel consumo di dosi moderate di alcool si trova il beneficio).