

## Scheda n. 18

### **Bevanda alcolica preferita, pattern di consumo, e rischio di malattia coronarica in soggetti di sesso maschile.**

Mukamal KJ, Conigrave KM, Mittleman MA et al. N Engl J Med 2003; 348: 109-118.

#### *Riassunto*

Sebbene sia ormai dimostrato che il consumo moderato di alcool comporta la riduzione del rischio cardiovascolare, il ruolo svolto dalla frequenza del consumo di bevande alcoliche, e dal tipo di bevanda preferita, nel meccanismo di protezione cardiovascolare non è ancora stato chiarito in modo convincente. Gli autori di questo studio hanno studiato l'associazione tra consumo di alcool e rischio di infarto del miocardio in 38.077 soggetti di sesso maschile, impiegati nel settore sanitario, non affetti da malattie cardiovascolari o da una qualunque malattia di tipo neoplastico all'inizio del periodo di osservazione. In questa popolazione sono stati monitorati, tra il 1986 e il 1998, il consumo di birra, vino e liquori, determinato mediante la compilazione ogni 4 anni di questionari alimentari individuali, e l'incidenza di nuovi casi di infarto del miocardio, fatale e non fatale.

Nel corso dei 12 anni sono stati registrati, tra i soggetti della coorte, 1.418 casi di infarto. Tra coloro che assumevano alcolici 3-4 e 5-7 volte alla settimana l'incidenza di infarto è risultata ridotta rispetto a coloro che bevevano una volta alla settimana o meno (Rischio relativo: 0,63 e 0,68, rispettivamente); il rischio era simile per coloro che consumavano meno di 10 g di alcool per giorno di consumo e per coloro che ne consumavano più di 30.

Né il tipo di bevanda preferita, e nemmeno il fatto di bere ai pasti o fuori dai pasti, hanno dimostrato di associarsi a significativi benefici aggiuntivi. L'incremento del consumo di alcool di 12,5 g al giorno (circa un drink) nell'arco di 4 anni è stato associato con un rischio relativo di infarto del miocardio ridotto del 22%, e pari quindi a 0,78.

In conclusione, in un'ampia popolazione di soggetti di sesso maschile, il consumo di alcool almeno 3-4 giorni alla settimana è risultato inversamente associato al rischio di infarto del miocardio. Tale associazione non sembra essere modificata in modo apprezzabile dal tipo di bevanda consumata, né dalla percentuale di alcool consumata durante i pasti. L'aumento moderato del consumo di alcool durante il periodo dello studio ha ridotto il rischio di infarto del miocardio.

### *Commento*

L'analisi dei dati relativi a questa ampia coorte di oltre 38.000 soggetti conferma l'esistenza di un'importante associazione tra il consumo di alcool e la riduzione del rischio cardiovascolare. Nello studio di Mukamal, come in larga parte della letteratura anglosassone sul tema, l'associazione è indipendente dal tipo di bevanda consumata (in altre parole, non è migliore per i consumatori di vino rispetto a quelli di altre bevande alcoliche, a parità di quantità di alcool consumata).

Per certi versi sorprendentemente, anche la proporzione relativa di alcool consumata durante i pasti si rivela irrilevante ai fini della protezione cardiovascolare: tra i soggetti che consumano meno del 25%, tra il 25 ed il 75% o più del 75% dell'alcool ai pasti, il rischio vascolare non è significativamente differente.

Ancora una volta, si conferma che le quantità di alcool necessarie per beneficiare della riduzione del rischio cardiovascolare sono, in assoluto, limitate. In particolare, da questo studio emerge l'esistenza di una rilevante e significativa riduzione del rischio relativo di infarto del miocardio per coloro che assumono dosi basse o moderate di alcool per 3-5 giorni alla settimana, mentre il consumo di una dose di alcool (drink) a giorni alterni non sembra sufficiente per proteggere in modo significativo dal rischio cardiovascolare.

L'ampiezza della riduzione del rischio, per contro, si conferma di ampia portata, ed è compresa, per consumi dell'ordine dei 30 grammi die, tra il 35 ed il 40%.

Tra i soggetti che, nel corso del follow-up, hanno aumentato l'apporto di alcool di 5-10 grammi/die non si è osservata una significativa riduzione del rischio cardiovascolare; riduzioni di consumo della stessa ampiezza aumentano invece, seppure non significativamente, il rischio.

Questo studio conferma quindi, in un'ampia coorte studiata prospetticamente, il ruolo del consumo di alcool nel determinare la riduzione del rischio cardiovascolare. Rispetto ai dati già pubblicati sull'argomento, lo studio di Mukamal sottolinea l'importanza della frequenza di assunzione settimanale dell'alcool, mentre non conferma l'importanza del consumo ai pasti dell'alcool stesso.