

Scheda n. 25

Consumo di alcool e di incidenza di diabete di tipo due: un follow-up di vent'anni dello studio di corte dei gemelli finlandesi.

Carlsson S, Hammar N, Grill V, Kaprio J. Diabetes Care 2003; 26: 2785-2790.

Riassunto

L'obiettivo di questo studio era di investigare il consumo di alcool e la sua correlazione con l'incidenza del diabete di tipo 2. La popolazione studiata consisteva di circa 22.000 gemelli, estratti dalla corte dei gemelli finlandesi. Questa corte è stata allestita nel 1975 ed include tutti i gemelli dello stesso sesso nati in Finlandia prima del 1958.

Informazioni sul consumo di alcool, sul fumo, sulla dieta, sull'attività fisica, sullo stato di salute e sulla condizione sociale sono state ottenute attraverso questionari somministrati nel 1975, nel 1981 e nel 1990. Attraverso collegamenti con i registi nazionali delle dimissioni ospedaliere e dei farmaci prescritti, sono stati identificati 580 casi incidenti di diabete di tipo 2 durante vent'anni di follow-up.

Si è osservato che un consumo moderato di alcool (Da 5 a 29,9 grammi al giorno nell'uomo, e da 5 a 19,9 grammi al giorno nella donna) tende ad associarsi ad una ridotta incidenza del diabete di tipo 2, in confronto a soggetti con consumo inferiore (meno di cinque grammi al giorno). La riduzione del rischio era più ampia nei soggetti in sovrappeso (IMC ≥ 25 Kg/m²) nei quali il rischio relativo era pari a 0,7 (intervallo di confidenza al 95% 0,5-1,0) negli uomini e pari a 0,6 (intervallo di confidenza 0,3-1,1) nelle donne. Un elevato apporto di alcool (≥ 20 grammi al giorno) si associava ad un aumento dell'incidenza del diabete di tipo 2 tra le donne magre (rischio relativo 2,9; intervallo di confidenza al 95% 1,1-7,5) ma non tra le donne sovrappeso o gli uomini. Nelle donne, forti bevute (*binge drinking*) si associavano ad un aumento del rischio di diabete di tipo 2 (rischio relativo 2,1; intervallo di confidenza al 95% 1,0-4,4). L'analisi delle copie gemellari discordanti per i consumi di alcool supportava il concetto di un rischio ridotto associato a consumi moderati in confronto con il partner gemellare con consumi bassi (Rischio relativo 0,5; intervallo di confidenza al 95%: 0,2-1,5).

In conclusione, i risultati di questo studio suggeriscono che un consumo moderato di alcool può ridurre rischio di diabete di tipo 2. D'altra parte, episodi di apporto eccessivo, o un apporto medio elevato di alcool, possono aumentare il rischio di questa malattia tra le donne.

Commento

Nonostante alcuni studi osservazionali abbiano suggerito che il consumo di dosi moderate di alcool si associa ad una ridotta incidenza di malattie diabetica, il peso potenziale di componenti di natura genetica in questi fenomeni non è stato valutato in modo adeguato.

Questo studio, condotto su una coorte molto ampia di coppie gemellari finlandesi, ha permesso di valutare, anche tra gemelli con abitudini di consumo alcolico discordante, la propensione allo sviluppo della malattia diabetica stessa in un periodo di osservazione molto prolungato (circa vent'anni).

I dati rilevati sono di notevole interesse. È in generale confermato che il consumo di dosi moderate di alcool riduce la probabilità di incorrere nella malattia diabetica; la riduzione del rischio è maggiore nei soggetti in sovrappeso, dove oscilla tra il 30% tra gli uomini ed il 40% tra le donne. Consumi elevati, specie nella popolazione femminile, indurrebbe invece un effetto opposto, così come l'assunzione episodica di grandi quantità di alcool (*binge drinking* degli autori anglosassoni).

Poiché numerosi dati suggeriscono che lo sviluppo della malattia diabetica possa essere collegato a fenomeni di natura infiammatoria, e che gli interventi che modulano questi fenomeni possono ridurre la probabilità di incorrere nella malattia (si veda per esempio l'effetto di alcune statine a tale proposito), appare ragionevole ipotizzare che la capacità di dosi moderate di alcool di ridurre questi fenomeni possa spiegare la riduzione del rischio osservata. L'effetto maggiore rilevato tra i soggetti sovrappeso o obesi, nei quali notoriamente i fenomeni infiammatori sono più intensi, potrebbe ulteriormente supportare questa interpretazione.

Lo studio conferma anche come le modalità di consumo dell'alcool, e le quantità totali dello stesso, siano importanti: dosi elevate, o assunzioni concentrate di quantità eccessive, indurrebbero infatti risultati opposti a quelli desiderati.