

## Scheda n. 5

### **ALCOOL E SOPRAVVIVENZA NELLE COORTI RURALI DELLO STUDIO DEI SETTE PAESI (SEVEN COUNTRIES STUDY)**

G. Farchi et al. International Journal of Epidemiology, 2000; **29**: 667-671.

#### **Riassunto**

Background: uomini di mezza età che assumono regolarmente dosi moderate di alcool presentano tassi di mortalità inferiori rispetto a quelli degli astemi o dei forti bevitori. In questo studio di coorte abbiamo analizzato il rapporto fra consumo di alcool e sopravvivenza a lungo termine, tenendo conto anche dell'abitudine al fumo e del livello dell'attività fisica.

Metodi: nel 1965, 1.536 maschi, italiani, di età compresa fra 45 e 65 anni sono stati sottoposti a misurazioni antropometriche, ad un esame fisico generale, all'esecuzione di un ECG, al rilievo della pressione sanguigna, alla determinazione dei livelli di colesterolo serico. E' stato somministrato loro un questionario generale per la valutazione del consumo di cibo, compreso il consumo di alcool. La coorte è stata seguita per la mortalità totale dal 1965 al 1995.

Risultati: durante il follow-up, della durata media di trenta anni, di si sono verificati nella coorte 1.096 decessi. Per i soggetti che assumevano una dose media giornaliera di alcool di 63 grammi (range 4-7 drinks al giorno), la speranza di vita è stata di  $21,6 \pm 0,4$  anni; approssimativamente 2 anni in più rispetto a quella di soggetti che assumevano dosi giornaliere di alcool di 3,7 grammi (1 drink) o oltre 10 drinks al giorno.

Per quanto riguarda l'abitudine al fumo, la maggiore sopravvivenza ( $22,4 \pm 0,5$  anni) è stata osservata tra i soggetti non fumatori con un consumo giornaliero di 4-7 drinks, mentre la minore sopravvivenza ( $18,5 \pm 0,7$  anni) è stata rilevata tra i fumatori con consumi di bevande alcoliche oltre i 10 drinks al giorno.

Considerando anche l'attività fisica, la maggiore sopravvivenza ( $23,4 \pm 0,7$  anni) è stata rilevata nei soggetti impegnati in professioni che comportavano un'attività fisica pesante e che dichiaravano di bere 1-4 drinks al giorno.

Conclusioni: il nostro studio conferma l'esistenza di una correlazione non lineare fra l'aspettativa di vita ed il consumo di alcool (che in questa coorte italiana era rappresentato per il 97% vino, e principalmente dal vino rosso). Soggetti di sesso maschile, di età compresa fra 45 e 64 anni, con un consumo giornaliero di 5 drinks hanno una speranza di vita superiore rispetto a quella di soggetti astemi o forti bevitori.

## Commento

Il lavoro di Farchi e coll, uno dei pochi condotti su coorti nazionali italiane, conferma come anche nelle popolazioni del nostro Paese si osservi una ridotta mortalità per qualunque causa nei soggetti che consumano dosi moderate di alcool.

In questo studio, infatti, i consumatori di circa 60 grammi di alcool al giorno (una dose in realtà superiore rispetto a quelle abitualmente considerate "moderate", che in genere si ritiene non debbano eccedere i 40 grammi nell'uomo, ed i 20-30 nella donna) hanno beneficiato di una speranza di vita superiore di circa 2 anni rispetto ai soggetti astemi, o ai consumatori di oltre 10 drinks al giorno (dose, quest'ultima, che va considerata naturalmente in chiara area di abuso).

La trasferibilità di questi dati alla popolazione odierna deve essere fatta con cautela. La situazione socioeconomica, le abitudini alimentari, lo stile di vita dei soggetti che erano adulti verso la metà degli anni '60, e che vivevano nelle aree rurali dove le coorti dello studio in esame vennero formate, sono infatti molto diverse da quelle caratteristiche della vita moderna.

E' comunque interessante notare come le quantità di alcool giornaliero associate alla minima mortalità per qualunque causa in questo studio siano decisamente elevate. Tale "tolleranza" nei riguardi di dosi maggiori a quelle attualmente suggerite non è spiegabile con il maggiore livello di attività fisica di quel tempo: tra i soggetti con attività fisica intensa, infatti, il minimo di mortalità si colloca a valori più bassi di quelli prima ricordati, e nell'ambito dei valori che anche al giorno d'oggi consideriamo moderati (1-4 drinks), mentre è più elevato tra i soggetti con attività fisica minore o assente. Essa potrebbe invece trovare una giustificazione nelle caratteristiche della dieta del tempo: ricca in verdura, frutta ed antiossidanti, presumibilmente in grado di attenuare alcuni degli effetti sfavorevoli dell'alcool (quali la generazione di radicali liberi).

Il lavoro di Farchi, in conclusione, conferma, anche nella nostra comunità nazionale, l'esistenza di una relazione protettiva tra consumo di alcool e mortalità per qualunque causa, anche se la trasferibilità di questi dati raccolti alla situazione attuale è da valutare con cautela.