Fitoestrogeni, fumo e rischio di cancro polmonare

Data 30 settembre 2005
Categoria oncologia

Chi assume con la dieta fitoestrogeni presenta un ridotto rischio di cancro polmonare che dimininuisce anche riducendo o cessando il fumo.

Due studi pubblicati nello stesso numero di JAMA hanno valutato da una parte la relazione tra assunzione di fitoestrogeni e rischio di cancro polmonare e dall'altra se la riduzione del fumo in forti fumatori sia in grado di abbattere il rischio di neoplasia polmonare.
Il primo è uno studio di tipo caso-controllo in cui sono stati arruolati 1674 pazienti con cancro polmonare (casi) e 1735 soggetti sani (controlli). Tutti i partecipanti sono stati interrogati circa il tipo di alimentazione assunta, in modo da quantificare dettagliatamente l'introduzione di 12 tipi di fitoestrogeni. L'assunzione di fitosteroli, isoflavoidi e fitoestrogeni era associata ad una riduzione del rischio di sviluppare un cancro polmonare. La riduzione andava dal 21% per i fitosteroli al 46% per tutti i tipi di fitoestrogeni. Negli uomini il beneficio era evidente per ogni tipo di fitoestrogeno assunto mentre per le donne solo per il totale dei fitoestrogeni. Il beneficio era evidente nei fumatori attuali e nei non fumatori ma non nei pregressi fumatori.
Nel secondo studio è stato valutato se la riduzione del numero di sigarette fumate al giorno sia in grado di far diminuire il rischio di sviluppo di cancro polmonare. Si tratta di uno studio osservazionale prospettico su 19.714 soggetti con un follow-up di ben 31 anni. Durante lo studio si svilupparono 864 cancri polmonari. I pazienti sono stati suddivisi in 6 gruppi:
1) forti fumatori (15 o più sigarette al giorno)
2) riduttori, cioè fumatori che avevano ridotto il numero di sigarette passando dalle 15 e più al giorno ad almeno la metà
3) fumatori leggeri (1-14 sigarette/die)
4) soggetti che avevano smesso di fumare tra la prima e la seconda visita di controllo
5) ex-fumatori stabili
6) non fumatori.
Il rischio, rispetto a chi continuava a fumare 15 o più sigarette al giorno, era inferiore del 27% per i riduttori, del 46% per i fumatori leggeri, del 50% per chi aveva smesso tra la prima e la seconda valutazione, dell'83% per gli ex-fumatori e del 91% per i non fumatori.

Fonti:
1. JAMA. 2005 Sept 28; 294:1493-1504.
2. JAMA. 2005 sept 28; 294:1505-1510.

Commento di Renato Rossi
Questi due studi, pur molto diversi tra loro nel disegno e negli scopi, esplorano entrambi aspetti interessanti del cancro polmonare.
Il primo studio, pur con tutte le limitazioni legate al disegno (di tipo caso-controllo), suggerisce che l'assunzione di fitoestrogeni con la dieta sia in qualche modo in grado di proteggere dallo sviluppo di cancro polmonare. Questi risultati si aggiungono a quelli di studi precedenti di tipo epidemiologico ma è ancora presto prima di poter affermare un affetto protettivo dei fitoestrogeni: è necessario che questi dati siano confermati da studi prospettici di lungo respiro e su casistiche molto più numerose.
Il secondo studio è molto interessante perchè dimostra da una parte, se ce ne fosse ancora bisogno, lo stretto legame tra fumo di sigarette e sviluppo di cancro polmonare, e dall'altra che per il forte fumatore può valere la pena di ridurre almeno il numero di sigarette fumate, se proprio non riesce a smettere: se riuscisse a dimezzare le sigarette fumate ogni giorno vedrebbe, con il passare degli anni, diminuire il suo rischio del 27%. Verrebbe da dire "Meglio questo che niente".
Impressionante la differenza di rischio tra chi fuma 15 o più sigarette/die e il non fumatore: quest'ultimo ha un rischio inferiore del 91%!

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 19/11/2026 alle ore 18:42 | Pagina 1 di 1