E' utile bere molto in caso di febbre?

Data 13 luglio 2007
Categoria clinical_queries

Non ci sono dati "evidence based" che giustifichino il consiglio di bere molto in caso di febbre.

Per valutare se la raccomandazione di aumentare l'assunzione di fluidi in corso di malattie febbrili che coinvolgono l'albero respiratorio apporta reali benefici, è stata revisionata la letteratura sull'argomento.
Tre le domande a cui ha cercato di rispondere questa revisione sistematica:
1) la raccomandazione di assumere più liquidi nelle infezioni acute dell'albero respiratorio migliora la durata e la severità deisintomi?
2) ci sono effetti avversi?
3) benefici o danni sono correlati alla sede (alte o basse vie) e alla severità della malattia?
Non sono stati trovati in letteratura trial clinici randomizzati che confrontino aumento vs restrizione idrica, per cui le domande di chiarificazione rimangono sostanzialmente inevase. Alcuni studi osservazionali rilevano tuttavia che la disidratazione in questa patologia è molto rara e semmai è più frequente iponatremia per eccessiva idratazione.

Fonte:
Michelle P B Guppy, Sharon M Mickan, Chris B Del Mar. "Drink plenty of fluids": a systematic review of respiratory infections evidence for this recommendation in acute BMJ 2004;328:499-500

Commento di Marco Grassi

Una delle raccomandazioni più in voga che medici e pediatri dispensano ai pazienti con iperpiressia è quella di assumere abbondanti quantità di liquidi per compensarne la perdita dovuta alla aumentata traspirazione da febbre ed evaporazione dal tratto respiratorio e per aumentare la fluidità del muco.
Per la maggior parte dei medici questa raccomandazione si giustifica da sola e, sebbene il beneficio che se ne può trarre è incerto o modesto, il rischio è considerato nullo.
Le revisione sistematica citata, sebbene povera di materiale probante, ci dice che i rischi di una iperidratazione non sono trascurabili, soprattutti negli estremi della vita (bambini ed anziani). E' infatti descritto un aumento di secrezione di ADH nei piccoli pazienti affetti da infezioni delle basse vie aeree mentre nell'anziano, sebbene non esistano studi, è verosimile che febbre e tachicardia possano peggiorare o scatenare una insufficienza cardiaca con conseguente ritenzione idrica, peggiorata da un eventuale maggior apporto. Un'ulteriore attenzione deve essere posta negli anziani che già assumono FANS o a cui si prescrivono come antinfiammatori o antipiretici per la loro azione sodioritentiva.
Come spesso avviene in medicina la giusta misura sta nel mezzo: nè troppo, nè poco.