Le fibre introdotte con la dieta prevengono il cancro del colon?

Data 24 luglio 2007
Categoria clinical_queries

Il livello delle fibre vegetali ha scarso effetto nella prevenzione del cancro del colonretto (livello di evidenza B)

Uno studio pubblicato su JAMA ha cercato di rispondere alla domanda se l'assunzione con la dieta di fibre può prevenire il cancro al colon. Un totale di 725.628 persone, uomini e donne, sono stati seguiti da 6 a 20 anni per 7.328.414 persone-anno. Si verificarono 8.081 casi (5.726 colon, 2.188 retto, 167 non specificati). L'assunzione di fibre variava da 13 a 24 g/die. Nell'iniziale aggiustamento per età c'era un apparente effetto protettivo con l'assunzione di fibre nel più alto quintile avendo un 16% di riduzione comparato con il quintile più basso (RR 0.84; 95% IC 0,77-0,92). Quando aggiustato per altri fattori dietetici (carne rossa, alcool, folati, e altri) l'associazione diventava statisticamente nonsignificativa.
RCT sono stati fatti negli individui ad alto rischio usando come endpoint i polipi adenomatosi. In una revisione sistematica in cui venivano analizzati 5 studi con 5,349 pazienti seguiti per 2-4 anni non si notarono differenze significative.

ClementinoStefanetti

1. Park Y, Hunter DJ, Spiegelman D, et al. Dietary fiber intake and risk of colorectal cancer: a pooled analysis of prospective cohort studies. JAMA 2005; 294:2849–2857.
2. Asano T, McLeod RS. Dietary fibre for the prevention of colorectal adenomas and carcinomas. Cochrane Database Syst Rev 2002.