Vitamine inutili per la prevenzione cardiovascolare secondaria

Data 10 maggio 2008
Categoria cardiovascolare

Vitamina E, acido ascorbico e betacarotene non sono risultati efficaci in donne ad alto rischio cardiovascolare.

In questo studio sono state reclutate 8.171 donne (> 40 anni) con storia di malattia cardiovascolare oppure con 3 o più fattori di rischio cardiovascolari. Secondo un disegno fattoriale 2x2x2 alle partecipanti sono stati somministrati acido ascorbico (500 mg/die), vitamina E (600UI a giorni alterni), betacarotene (50 mg a giorni alterni) oppure placebo. L'end-point dello studio era un outcome combinato di infarto miocardico, stroke e rivascolarizzazione coronarica. Il follow-up medio è stato di 9,4 anni.
Non si è riusciti a dimostrare nessun effetto positivo dell'acido ascorbico, della vitamina E e del betacarotene nè sull'end-point primario nè su singoli end-point secondari (infarto, stroke, rivascolarizzazione coronarica, morte cardiovascolare). Si è solo riscontrata una riduzione al limite della significatività statistica dell'esito primario con la vitamina E nel sottogruppo di donne con precedente malattia cardiovascolare (RR 0,89; IC95% 0,79-1,00).
Gli autori conludono che la vitamina E, l'acido ascorbico o il betacarotene non sono efficaci in donne ad alto rischio cardiovascolare.

Fonte:

Cook NR et al. A Randomized Factorial Trial of Vitamins C and E and Beta Carotene in the Secondary Prevention of Cardiovascular Events in Women. Results From the Women's Antioxidant Cardiovascular Study. Arch Intern Med. 2007 13/27 Aug;167:1610-1618.

Commento di Renato Rossi

Si ritiene che i processi ossidativi giochino un ruolo importante nella genesi degli eventi cardiovascolari, per cui l'ipotesi che vitamine dotate di attività antiossidante possano avere una attività preventiva è ragionevole. Tuttavia alla prova dei fatti l'ipotesi non è stata avvalorata: nessuna delle tre vitamine testata nello studio WACS è riuscita ad incidere sull'esito primario del trial. La modesta riduzione dell'end-point riscontrata con la vitamina E nel sottogruppo di donne con pregressi eventi cardiovascolari va considerata con molta prudenza sia perchè si è al limite della significatività statistica sia per i noti limiti delle analisi per sottogruppi.
Ormai i trials in cui è stata testata l'ipotesi antiossidante sono numerosi, ma in generale si può affermare che le vitamine hanno deluso le aspettative , anche se in alcuni casi l'esito non è stato negativo. Così una metanalisi di 8 RCT suggerisce che la supplementazione di acido folico potrebbe ridurre il rischio di stroke in prevenzione primaria del 18%, ma solo in chi riceve supplementi per 3 o più anni, ottiene una riduzione dell'omocisteina plasmatica del 20% o più o vive in regioni nelle quali il grano non viene fortificato con acido folico, mentre nei sottogruppi di soggetti senza queste caratteristiche la riduzione del rischio non vi verifica .
Risultati positivi arrivano anche dal recente studio FACIT in cui l'acido folico ha mostrato di poter ridurre il declino cognitivo negli anziani con iperomocisteinemia, ma si tratta di uno studio con solo 819 soggetti e che misurava le capacità cognitive con una serie di test. In altre parole non è chiaro se i folati possano influire positivamente sulla evoluzione clinica della demenza, anche perchè uno studio simile, peraltro con meno di 300 pazienti, aveva dato risultato completamente contrario . Anche la vitamina E, in un trial su 6.377 donne, non ha mostrato di poter prevenire il declino cognitivo .
Insomma per le vitamine si può dire molte ombre e qualche luce che andrà meglio studiata.

Referenze

1. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=3409
2. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=3164
3. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=3155
4. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=3063
5. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=2710
6. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=2502
7. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=2383
8. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=1846
9. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=3064
10. Durga J et al. Effect of 3-year folic acid supplementation on cognitive function in older adults in the FACIT trial: A randomised, double blind, controlled trial. Lancet 2007 Jan 20; 369:208-16.
11. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=2609

12. Kang JH et al. A randomized trial of vitamin E supplementation and cognitive function in women. Arch Intern Med 2006 Dec 11/25; 166:2462-8.
13. Wang X et al. Efficacy of folic acid supplementation in stroke prevention: a meta-analysis. Lancet 2007 Jun 2; 369:1876-1882