Vitamina C e vitamina E non prevengono le patologie cardiovascolari

Data 10 luglio 2009
Categoria cardiovascolare

Vitamina C e vitamina E, da sole o associate, non riducono gli eventi cardiovascolari in uomini a basso rischio

In questo studio randomizzato e controllato sono stati reclutati oltre 14.600 medici americani maschi (età media 64 anni). Il rischio cardiovascolare dei partecipanti era generalmente basso, anche se l'ipertensione era presente nel 42% dei casi e l'iperlipemia nel 37%. Solo il 5% aveva avuto un infarto miocardico e il 6% soffriva di diabete.
I medici sono stati trattati con vitamina C, vitamina E, entrambe le vitamine oppure placebo ed il follow-up è durato, in media, 8 anni. L'end-point primario era composto dagli eventi cardiaci e cerebrali vascolari (fatali e non fatali). Al termine dello studio non si evidenziò alcuna differenza tra i gruppi per l'end-point primario. Anche un'analisi per sottogruppi non evidenziò nessuna efficacia del trattamento nei soggetti che avevano avuto un precedente evento cardiovascolare oppure che erano ad alto rischio. Gli stroke emorragici furono più frequenti nel gruppo trattato con vitamina E, con un rischio quasi doppio (HR 1,74; 1,04-2,91).
Gli autori concludono che nè la vitamina C nè la vitamina E riducono gli eventi cardiovascolari in uomini adulti-anziani, per cui non vi è un razionale all'uso di questi supplementi a scopo preventivo.

Fonte:

Sesso HD et al. Vitamins E and C in the prevention of cardiovascular disease in men: The Physicians' Health Study II randomized controlled trial. JAMA 2008 Nov 12; 300:2123.

Commento di Renato Rossi

Gli autori di questo studio sono partiti dall'ipotesi che le vitamine C ed E, avendo una nota azione antiossidante, potessero essere in grado di svolgere un'efficace azione protettiva verso gli eventi cardiaci e cerebrali di tipo vascolare e dalla constatazione che studi precedenti, sia di tipo osservazionale che randomizzato, avevano dato risultati incerti. Peraltro gli RCT erano pochi e di piccole dimensioni.
Il loro lavoro dimostra che le vitamine non esercitano alcuna azione protettiva, almeno in uomini a basso rischio cardiovascolare. Anche se le analisi per sottogruppi vanno sempre interpretate con cautela, sembra che neppure nei soggetti con precedenti eventi ed in quelli ad alto rischio cardiovascolare si possa sperare nell'efficacia delle vitamine testate. Si è notato inoltre quasi un raddoppiamento del rischio di ictus emorragici nel gruppo trattato con vitamina E. Tuttavia tale aumento, in termini assoluti, è molto piccolo; infatti si registrarono 39 ictus emorragici su 7315 trattati nel gruppo vitamina E e 23 su 7326 nel gruppo placebo: 0,53% vs 0,31%, pari ad un aumento del rischio assoluto di 0,22% (NNH=454).
In ogni le caso le conclusioni degl autori appaiono del tutto condivisibili.

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 18/11/2026 alle ore 16:30 | Pagina 1 di 1