Viaggi e rischio di tromboembolismo venoso

Data 18 aprile 2010
Categoria cardiovascolare

Una metanalisi degli studi disponibili conferma che i viaggi aumentano il rischio di tromboembolismo venoso; il rischio aumenta del 18% per ogni due ore di durata e del 26% per ogni due ore in caso di viaggi aerei.

Gli studi che hanno valutato il rischio di tromboembolismo venoso (TEV) associato ai viaggi sono molto contraddittori. Partendo da questa constatazione gli autori di questa metanalisi hanno cercato lavori in cui era riportato il rischio di TEV legato ai viaggi in soggetti che avevano viaggiato con vari mezzi di trasporto e solo se tale rischio veniva paragonato a quello di soggetti che non avevano viaggiato.
La ricerca ha permesso di ritrovare 14 studi: 11 di tipo caso-controllo, 2 di coorte e 1 di tipo cross over. In totale sono stati studiati 4055 casi di TEV. Rispetto ai non viaggiatori il rischio di TEV nei viaggiatori risultatava essere aumentato in maniera statisticamente significativa: overall pooled relative risk 2,0 (95%CI 1,5-2,7). Gli autori però hanno riscontrato una significativa eterogeneità a causa del metodo usato per scegliere i controlli (vale a dire se i controlli erano stati o meno inviati a valutazione specialistica per sospetto TEV). Quando si escludevano i 6 studi in cui i controlli erano soggetti inviati ad accertamenti per sospetto TEV, il rischio relativo dei viaggiatori rispetto ai non viaggiatori era di 2,8 (95%CI 2,2-3,7), senza significativa eterogeneità.
E' stato anche quantificato l'aumento del rischio: 18% in più per ogni 2 ore di viaggio se si considera ogni tipo di mezzo di trasporto e 26% se si viaggia in aereo.
Gli autori concludono che il viaggio è associato ad un aumento del rischio di TEV di circa tre volte. E' stato calcolato un episodio di TEV ogni 4600 voli.

Fonte:

Chandra D et al. Meta-analysis: Travel and Risk for Venous Thromboembolism. Ann Intern Med. 2009 Aug 4;151:180-190.

Commento di Renato Rossi

Vi sono varie spiegazioni al fatto che i viaggi prolungati aumentano il rischio di eventi trombotici venosi. Anzitutto la prolungata immobilizzazione, spesso in posizioni scomode per gli arti inferiori, con la conseguente stasi venosa. Questa condizione è particolarmente grave nei viaggi aerei in poltrone di classe economica, tanto da meritare la dizione, nota anche al grande pubblico, di "sindrome della classe economica". Ma è stata chiamata in causa anche una ipercoagulabilità che, nei viaggi aerei, potrebbe essere aggravata dalla pressurizzazione. Tuttavia, come ammettono gli autori della metanalisi recensita in questa pillola, sono necessari ulteriori studi per comprendere appieno il meccanismo fisiopatologico che sottende l'aumento del rischio di TEV legato ai viaggi. Ovviamente appaiono più a rischio soggetti con condizioni predisponenti: anziani, donne in gravidanza o che assumono contraccettivi orali e che fumano, pazienti con pregressi episodi di TEV, stati trombofilici.
Rimane però da stabilire se alcune misure preventive siano in grado di ridurre il rischio. In ogni caso sarà bene consigliare di combattere l'immobilità prolungata nel caso di lunghi viaggi: per esempio raccomandare, ogni due ore, una sosta per "sgranchirsi" le gambe o una breve passeggiata lungo la corsia dell'aereo. Considerato che la disidratazione può aggravare l'ipercoagulabilità si dovrebbe consigliare anche un adeguato introito di liquidi. Non appare per ora fattibile una profilassi farmacologica generalizzata in quanto il rischio, se pure aumentato di tre volte rispetto ai non viaggiatori, è comunque basso in valori assoluti.