Integratori di calcio e infarto miocardico

Data 25 novembre 2012
Categoria cardiovascolare

Integratori di calcio: nessuna protezione cardiovascolare, anzi possibile aumento di rischio di infarto miocardico

La supplementazione di calcio va condotta saggiamente e solo nei casi di effettiva necessità, pena un aumento del rischio di eventi cardiovascolari: lo indica uno dei più vasti studi prospettici europei, European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition study. La coorte Heidelberg coinvolta in questo studio, circa 24mila adulti tra i 35 e i 65 anni, tutti senza precedenti di eventi CV maggiori all'inclusione, è stata valutata per abitudini alimentari, assunzione di supplementi nutrizionali ed eventi maggiori di natura cardiovascolare. Come notano gli autori, in passato, all'assunzione di integratori di calcio – che riguarda in prevalenza donne in età postmenopausale – è stato attribuito un effetto favorevole sul profilo lipemico e sull'ipertensione, ma dati diretti sugli eventi
cardiovascolari non erano disponibili. Ora il risultato di questa importante analisi pubblicata da Heart, che tiene conto di undici anni di follow up, indica che un modesto effetto sembra associato effettivamente all'assunzione di maggiori quantità di calcio con la dieta: i soggetti nel terzo quartile hanno un HR di 0,69 per l'infarto miocardico rispetto a quelli del primo quartile, anche se la differenza
per la mortalità cardiovascolare complessiva è nulla. Per contro, chi utilizza supplementi contenenti calcio ha un maggiore rischio di infarto miocardico (HR 1,89) rispetto a chi non assume integratori.

ClementinoStefanetti

Bibliografia

Li K, Kaaks R, Linseisen J, Rohrmann S. Associations of Dietary Calcium Intake and Calcium Supplementation With Myocardial Infarction and Stroke Risk and Overall Cardiovascular Mortality in the Heidelberg Cohort of the European Prospective Investigation Into Cancer and
Nutrition Study (EPIC-Heidelberg). Heart, 2012;98(12):920-925.