Supplementi di ferro dopo una donazione di sangue intero

Data 23 agosto 2015
Categoria ematologia

Uno studio randomizzato e controllato dimostra che dopo una donazione di sangue intero supplementi marziali riducono il tempo di recupero dei livelli basali di emoglobina e di ferritina.

Ogni medico di famiglia ha, tra i suoi assistiti, dei donatori di sangue. E' esperienza comune che dopo una donazione di sague intero i livelli di emoglobina tendono a ridursi al di sotto del valore comunemente considerato normale (12.5 - 13 g/dL).
Proprio per questo motivo molti donatori devono diradare la frequenza dei prelievi.

La donazione può essere di diverso tipo: sangue intero, plasma, piastrine, emocomponenti.
In italia è prevista una donazione di sangue intero ogni tre mesi, mentre per la donazione di plasma, piastrine o emocomponenti l'intervallo di tempo è minore.

Nelle donne con ciclo mestruale la donazione di sangue intero, generalmente, viene effettuata ogni sei mesi.

Comunque l'intervallo tra una donazione e l'altra può differire da paese a paese. Per esempio negli USA per il sangue intero l'intervallo tra una donazione e l'altra è di due mesi per gli uomini e di quattro mesi per le donne con ciclo mestruale.

In Italia ogni donazione comporta il prelievo di 450 mL di sangue intero.

Una supplementazione di ferro potrebbe ridurre il tempo necessario al recupero dei livelli basali dell'emoglobina e della ferritina dopo una donazione di sangue intero?

Per determinarlo è stato effettuato uno studio randomizzato, non in cieco, in cui sono stati reclutati 215 donatori (età 18-79 anni) che non avevano effettuato una donazione di sangue nei precedenti quattro mesi.

I partecipanti sono stati sottoposti ad una donazione di 500 mL di sangue e poi suddivisi in due gruppi: al primo gruppo vennero precritti 37,5 ng/die per 24 settimane di ferro elementare sotto forma di ferro gluconato, il secondo gruppo fungeva da controllo.

La supplementazione di ferro ridusse il tempo di recupero di almeno l'80% dell'emoglobina persa rispetto al tempo necessario per lo stesso recupero nei soggetti di controllo.

Nei partecipanti che avevano livelli basali di ferritina inferiori a 26 ng/mL il tempo di recupero dell'emoglobina fu in media di 32 giorni mentre nel gruppo che non aveva ricevuto ferro fu di 178 giorni; il tempo di recupero del livelli di ferritina fu rispettivamente di 21 e di 168 giorni.

Nei partecipanti che aveno livelli basali di ferritina superiori a 26 ng/mL il tempo di recupero dell'emoglobina fu rispettivamente di 31 giorni e di 78 giorni; il tempo di recupero della ferritina fu di 107 e di 168 giorni.

Gli autori concludono che dopo una donazione di sangue una supplementazione di basse dosi di ferro è in grado di ridurre il tempo necessario al recupero di almeno l'80% dei livelli di emoglobina pre-donazione indipendentemente dai valori basali di ferritina.

Il messaggio per il medico pratico è semplice: dopo una donazione di sangue intero la supplementazione per os con basse dosi di ferro per circa sei mesi è una prassi utile in quanto facilita il recupero dei livelli basali di emoglobina e di ferritina. L'unica barriera a questa pratica potrebbe essere, almeno in via teorica, la comparsa di effetti collaterali di tipo gastrointestinale.
Tuttavia si tratta di una eventualità assai poco probabile perchè nella terapia marziale post-donazione si usano dosi basse mentre, come è sottolineato nelle schede tecniche dei preparati a base di ferro, effetti gastrointestinali occasionalmente possono verificarsi con dosi elevate e, comunque, spesso si riesce ad ovviare consigliandone l'assunzione subito dopo il pasto.

RenatoRossi

Bibliografia

Kiss JE et al. Oral iron supplementation after blood donation: a randomized clinical trial. JAMA 2015 Feb 10;313:575-83.