Benefici dell'alcol a dosi moderate nei diabetici tipo 2

Data 13 dicembre 2015
Categoria metabolismo

Uno studio randomizzato e controllato durato due anni suggerisce che il consumo di modeste quantità di vino possono portare a benefici di tipo cardiometabolico in soggetti con diabete tipo 2 ben controllato.

L'effetto di dosi moderate dell'alcol sulla salute rimane controverso anche se generalmente si ritiene che dosi modeste di vino, soprattutto di vino rosso, possano avere un effetto benefico soprattutto per quanto riguarda la cardiopatia ischemica .

Tuttavia i dati derivano essenzialmente da studi di tipo osservazionale mentre mancano studi di tipo randomizzato e controllato.

Per valutare gli effetti di modeste quantità di alcol su pazienti diabetici tipo 2 è stato disegnato uno studio randomizzato e controllato denominato CASCADE (CArdiovaSCulAr Diabetes & Ethanol) .

In questo studio sono stati reclutati 224 soggetti affetti da diabete tipo 2 ben controllato, randomizzati a 150 mL di acqua minerale, vino bianco oppure vino rosso ai pasti.
Tutti i partecipanti dovevano seguire una dieta mediterranea senza alcuna restrizione calorica.

Il follow up è stato di due anni. L'endpoint primario èra il profilo lipido e glicemico.

Il consumo di vino rosso aumentava significativamente il colesterolo HDL e riduceva il rapporto colesterolo totale/colesteroloHDL.

Non si sono riscontrate differenze tra i tre gruppi per quanto riguarda la pressione arteriosa, l'adiposità, la funzionalità epatica, sintomi e qualità di vita. Solo la qualità del sonno risultava migliorata sia dal vino rosso che bianco.

Limite dello studio era la mancanza di cecità.

Gli autori concludono che il vino a dosi moderate, soprattutto il vino rosso, nei diabetici tipo 2 ben controllati è sicuro e modestamemte riduce il rischio cardiometabolico.

Si tratta di uno studio molto interessante in quanto è di tipo randomizzato e controllato, tuttavia presenta il limite di aver valutato solo endpoint surrogati. Inoltre la popolazione arruolata era rappresentata solo da diabetici di tipo 2.

Il messaggio per il medico pratico, comunque, ci sembra questo: dosi modeste di vino possono portare a benefici di tipo cardiovascolare e metabolico, tuttavia va sempre raccomandata prudenza perchè sono ben noti i danni dell'abuso etilico.

RenatoRossi

Bibliografia

1. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=5401

2. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=4979

3. Gepner Y. et al. Effects of Initiating Moderate Alcohol Intake on Cardiometabolic Risk in Adults With Type 2 Diabetes: A 2-Year Randomized, Controlled Trial. Ann Intern Med.2015 Oct 20;163:569-579.