Assunzione moderata di alcol e mortalità

Data 09 aprile 2017
Categoria scienze_varie

Uno studio osservazionale suggerisce che i benefici dell'assunzione moderata di alcol si manifestano particolarmente in alcuni gruppi di soggetti (uomini giovani e donne anziane).

Studi osservazionali suggeriscono che l'assunzione di quantità moderate di alcol possa comportare benefici sull'apparato cardiovascolare e sulla salute in generale.

Tuttavia è anche noto che l'abuso di bevande alcoliche comporta rischi di patologia epatica, neurologica, cardiaca, etc.

Alcuni autori inglesi hanno voluto determinare quali siano i rapporti tra assunzione moderata di bevande alcoliche e mortalità totale. A tal scopo hanno analizzato i dati di circa 53.000 soggetti adulti.

Rispetto ai non bevitori l'assunzione di quantità moderate di alcolici (definita come assunzione di almeno una unità di alcol al mese e comunque non più di 20 unità di alcol alla settimana) risultava associata ad una riduzione della mortalità totale. Questo effetto era evidente in tutti i gruppi di età esaminati e indipendentemente dal sesso.

Tuttavia gli autori notano che nel gruppo dei non bevitori venivano inclusi anche pregressi bevitori. Una volta escluso questo gruppo dai non bevitori si è visto che i benefici dell'assunzione moderata di alcol era evidente solo negli uomini più giovani (50-64 anni) e nelle donne più anziane (>/= 65 anni).

Chedire?

Secondo lo studio i benefici dell'assunzione moderata di alcol si manifesterebbero soprattutto negli uomini più giovani e nelle donne più anziane.
Va ricordato che lo studio recensito in questa pillola è di tipo osservazionale. Per determinare l'impatto reale dell'assunzione moderata di alcolici sulla salute sarebbero necessari studi randomizzati e controllati (RCT) disegnati ad hoc, che è difficile immaginare possano venir effettuati.
In mancanza di questi ci si deve accontentare di studi osservazionali che, per quanto ben condotti, producono evidenze meno forti degli RCT.

In ogni caso i dati in nostro possesso ci permettono, allo stato dei fatti, di affermare che l'assunzione moderata di alcolici non risulta, nei soggetti sani, essere associata a pericoli particolari; anzi gli studi indicano l'esistenza di un'associazione tra assunzione moderata di alcol e benefici sulla salute.

RenatoRossi

Bibliografia

Knott CS et al. All cause mortality and the case for age specific alcohol consumption guidelines: Pooled analyses of up to 10 population based cohorts. BMJ 2015 Feb 10; 350:h384.

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 15/11/2026 alle ore 5:30 | Pagina 1 di 1