Ebbene si', anche l' acqua puo' intossicare

Data 06 marzo 2025
Categoria professione

Da alcuni giorni la satira politica si e' scatenata ironicamente sulle affermazioni di un Ministro che dichiaravano la tossicita' e la pericolosita' dell' assunzione di eccessi di acqua. Mi sono meravigliato che nessun esperto intervenisse contro i peudo-esperti televisivi. Perche' l' intossicazione acuta da acqua e' ben nota da secoli (usata un tempo come tortura) e documentata.

Cos'e l' intossicazione da acqua?
Innanzitutto bisogna distinguere la forma acuta (quella a cui probabilmente alludeva il politico) da quella cronica (generalmente dipendente da patologie organiche o intossicazioni da farmaci).

La forma acuta (detta anche "avvelenamento" da acqua) è una condizione clinica in cui una massiccia assunzione di acqua (anche normale acqua potabile) crea una condizione di iperidratazione e secondario squilibrio elettrolitico, soprattutto iponatremia (diluizione del sodio – ICD10:E87.1) che, a seconda dell' entita', puo' portare gravi disturbi o addirittura al decesso.

Anche nei casi non mortali (o nel periodo precedente al decesso) sono stati segnalati rilevanti effetti secondari del tipo di nausea, vomito, coma, confusione mentale e, raramente, rabdomiolisi.

Alcuni studi riportano decessi per assunzioni maggiori di 5 litri di acqua in poche ore (nella maggioranza di casi si trattava di 10-20 litri). Altri studi hanno calcolato che il limite di assunzione sicura di liquidi è 1-1,5 litro per ora.

Inconclusione:
1) I giornalisti non esperti della materia dovrebbero evitare di dileggiare affermazioni altrui su argomenti che non conoscono.
2) Occorre sempre tener presente il fondamentale concetto dei Padri della medicina: **"E' LA DOSE CHE FA IL VELENO".** E' riscontrabile continuamente anche ai tempi attuali: la tossina botulinica (uno dei veleni piu' potenti) e' utilizzata tranquillamente (a dosi minime) per motivi estetici; il curaro e' utilizzabile in sala operatoria per l' effetto decontratturante, e cosi' via.
Al contrario tanti elementi considerati innocui o addititura utili possono diventare pericolosissimi se assunti a dosaggi elevati, perfino l' acqua!

Quindi, non esaltiamo ne' demonizziamo nessuna sostanza, tutte hanno il loro ruolo.

DanieleZamperini

Qualche voce bibliografica:
1) Gardner JW., Death by water intoxication., in Mil Med., vol. 167, maggio 2002, pp. 432-434.
2) D J Farrell, Bower, Fatal water intoxication, in J Clin Pathol., ottobre 2003.
3) Morita S, Inokuchi S, Yamamoto R, Inoue S, Tamura K, Ohama S, Nakagawa Y, Yamamoto I., Risk Factors for Rhabdomyolysis in Self-Induced Water Intoxication (SIWI) Patients., in J Emerg Med., aprile 2008.
4) https://www.tgcom24.mediaset.it/mondo/usa-beve-troppa-acqua-donna-muore-intossicazione_67991210-202302k.shtml

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 2/11/2026 alle ore 14:55 | Pagina 1 di 1