

Gli acidi grassi del pesce possono aiutare i cardiopatici

Da tempo sto assumendo una terapia che contiene acidi grassi del pesce. Negli ultimi giorni ho letto su alcuni giornali di una ricerca che dimostrerebbe che questa terapia è utile per ridurre la mortalità è stata inferiore nei pazienti trattati con questa cura. Vorrei saperne di più.

Lettera firmata e-mail

*** Quanto il lettore ha visto è vero soltanto in parte. Pur se da tempo si conoscono gli effetti degli acidi grassi nella prevenzione delle malattie cardiovascolari, le ricerche cui fa riferimento sono state effettuate in una specifica popolazione di pazienti cardiopatici, cioè nelle persone che già soffrivano di scompenso cardiaco. Lo scompenso cardiaco è una patologia molto diffusa – in Italia interessa circa 600mila persone – in cui il paziente per contenere i danni deve assumere molti farmaci, che difficilmente riescono ad arrestare la progressione della patologia e influiscono sulla mortalità in percentuali molto variabili. Tornando allo studio citato nella lettera si chiama 'Gissi HF' è durato quattro anni ed è stato condotto dal gruppo Gissi – costituito dall'Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri Anmco e dall'Istituto Mario Negri. Allo studio hanno preso parte 357 reparti di cardiologia in Italia che hanno coinvolto quasi settemila pazienti. L'obiettivo era valutare questo trattamento per lo scompenso cardiaco: gli acidi grassi polinsaturi (n-3 PUFA). Nel gruppo dei pazienti trattati con una capsula al giorno di grassi di olio di pesce il numero delle morti è stato di

955 (27 per cento) comparato con 1014 (29 per cento) del gruppo placebo. Un numero più alto nel gruppo placebo (2053/59 per cento) è deceduto o è stato ricoverato per cause cardiovascolari rispetto al gruppo n-3 PUFA (1981/57 per cento). Inoltre, nel gruppo trattato con acidi grassi si è vista una riduzione della ospedalizzazione per aritmie del 28 per cento. Nel lavoro, pubblicato su The Lancet gli autori concludono che "la somministrazione a lungo termine di un grammo al giorno di n-3 PUFA (questa la denominazione chimica dei grassi di pesce) è risultata efficace nel ridurre sia la mortalità per tutte le cause, che i ricoveri ospedalieri per cause cardiovascolari".

