

RICERCA: ridurre il sale del 10% può abbattere infarti e ictus

Un'alleanza tra governo Usa e industrie per ridurre del 10% il sodio negli alimenti farebbe meglio di una tassa sul sale e potrebbe evitare 1 milione tra infarti e ictus, con risparmi sanitari per 32 miliardi di dollari. Lo afferma uno studio appena pubblicato su *Annals of Internal Medicine* che rilancia la crociata anti-sale incoraggiata da numerosi enti e istituzioni americane. 'Per il singolo si tratta di una modesta riduzione della pressione sanguigna - afferma Crystal Smith-Spangler, che ha coordinato i nuovi dati - ma su grandi numeri si traduce in una significativa riduzione delle malattie cardiovascolari e in risparmi sui costi sanitari'. Attualmente ogni americano consuma in media 8-10 grammi di sodio, per la maggior parte contenuto in alimenti confezionati. Gli epidemiologi hanno simulato al computer l'impatto reale di una riduzione del 9,5% di sodio per persona, stabilita d'accordo tra i principali produttori e le autorità, come già avvenuto nel Regno Unito. Il taglio drastico del sale impedirebbe 531.885 ictus e 480.358 attacchi di cuore nella fascia di popolazione tra i 40 e 85 anni.