

## ALLENTARE LA PRESA SULL'ABUSO DI SALE? INDICAZIONE PERICOLOSA E SCIENTIFICAMENTE INFONDATA

La rivista *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Disease (NMCD)*, organo di stampa della Società Italiana di Nutrizione Umana, pubblica oggi un importante Statement\* dell'**ESAN (European Salt Action Network)**, il Gruppo di lavoro che include esperti delegati dai governi di 39 Paesi europei con il sostegno dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, in supporto dei programmi di riduzione del consumo di sale a livello di popolazione, secondo le raccomandazioni della stessa OMS.

*“La pressione alta rimane la prima causa di morte e di disabilità al mondo a causa delle sue complicanze cardiovascolari. D'altra parte, un elevato consumo di sale è associato ad aumento della pressione e la riduzione del suo consumo è associata a riduzione dei valori pressori, come dimostrano numerosi studi controllati di intervento”* - afferma il prof. Pasquale Strazzullo, Ordinario di Medicina Interna presso l'Ateneo Federico II e presidente della Società Italiana di Nutrizione Umana.

Ciononostante, una serie di recenti pubblicazioni, per la gran parte riconducibili ad un unico gruppo di ricerca, ha generato una controversia scientifica e seminato dubbi attraverso i principali mezzi di comunicazione popolari sulla convenienza della correzione dell'abuso di sale. Questi studi suggeriscono in buona sostanza l'esistenza di una relazione a J tra il consumo di sale ed il rischio di eventi cardiovascolari, insinuando il dubbio che la riduzione dei consumi al livello raccomandato dall'OMS (cioè meno di 5 grammi al giorno) possa essere pericolosa e che sia invece preferibile un consumo pari a quello corrente nella maggior parte dei Paesi europei o addirittura più alto. Questa posizione è in forte contrasto con l'obiettivo posto da tempo dall'OMS e dalla Commissione delle Nazioni Unite per la lotta alle malattie cronico-degenerative di una riduzione globale del 30% del consumo di sale rispetto ai valori correnti entro il 2025, allo scopo di pervenire progressivamente ad un consumo non superiore ai 5 grammi al giorno.

Come riportato nell'articolo pubblicato su *NMCD*, l'ESAN, dopo un approfondito esame della metodologia utilizzata negli studi che hanno generato la recente controversia, ha concluso che tali studi sono affetti da numerosi e sostanziali errori di metodo peraltro già rilevati e confutati ripetutamente agli autori attraverso la letteratura medica internazionale ma da questi sistematicamente ignorati anche nelle pubblicazioni più recenti.

*“I principali tra questi errori”* – afferma il prof. Francesco P. Cappuccio, Professore di Epidemiologia Cardiovascolare, Direttore del Centro Collaborativo dell'OMS per la Nutrizione presso l'Università di Warwick e Presidente della British and Irish Hypertension Society – *“sono l'utilizzazione di metodi inadeguati a stimare il consumo abituale di sale, una valutazione della relazione esistente tra consumo di sale ed eventi cardiovascolari basata quindi su stime di consumo inaffidabili, l'inclusione in questi studi di pazienti già affetti da gravi patologie metaboliche e cardiovascolari, in trattamento con prescrizioni dietetiche e farmacologiche che ostacolano la corretta interpretazione dei risultati. A ciò va aggiunta l'implausibilità dell'ipotesi che una riduzione moderata del consumo di sale come consigliato dall'OMS possa rappresentare un pericolo per la salute data la mancanza di alcuna evidenza scientifica che possa spiegare in modo convincente come e perché la riduzione dei valori pressori conseguente al minor consumo di sale possa associarsi ad un aumento del rischio cardiovascolare o del rischio di morte”*.

*“Al contrario”* - assicura il Dr. Michael Beer (Swiss Federal Food and Safety Veterinary Office), coordinatore dell'ESAN – *“come dimostrano i risultati di alcuni studi osservazionali ben condotti ed alcuni trials di intervento, l'evidenza scientifica in favore di un beneficio sostanziale della riduzione del consumo di sale ai livelli*

*indicati dall'OMS (meno di 5 grammi complessivi al giorno, che includono la quota assunta con gli alimenti più quella discrezionale) rimane decisamente forte nell'opinione condivisa dagli esperti più attenti alla metodologia delle ricerche pubblicate in letteratura”.*

L'ESAN ha ritenuto necessario riaffermare quanto sopra giudicando le controversie sollevate al riguardo, oltre che infondate sul piano scientifico, pericolose in relazione alla possibilità che si diffonda nell'opinione pubblica o addirittura all'interno della stessa classe medica, un atteggiamento rilassato e tollerante verso l'abuso di sale, tuttora causa preminente dell'aumento di pressione arteriosa con l'età, a sua volta prima causa globale di malattie disabilitanti, e prevenibili, quali l'infarto, l'ictus cerebrale e le insufficienze cardiache e renali.

\*Ref.: Cappuccio FP, Beer M, Strazzullo P on behalf of the European Salt Action Network. Population dietary salt reduction and the risk of cardiovascular disease. A scientific statement from the European Salt Action Network. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 2018; DOI: <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2018.11.010>

**Per interviste contattare il Prof. Pasquale Strazzullo (info@sinu.it oppure [pasquale.strazzullo@unina.it](mailto:pasquale.strazzullo@unina.it))**