Scompenso cardiaco: è utile ridurre il sodio?

Data 19 maggio 2013
Categoria cardiovascolare

Nei pazienti con scompenso cardiaco congestizio in trattamento con diuretici sembra preferibile una dieta a normale contenuto di sodio.

Nei pazienti con scompenso cardiaco e segni di ritenzione idrica si utilizzano i diuretici (di solito diuretici dell'ansa) e si consiglia di ridurre drasticamente l'assunzione di sodio con la dieta.
Le linee guida raccomandano meno di 2 grammi/die di sodio introdotto con gli alimenti.
Si tratta di una raccomandazione del tutto logica: se in questi pazienti, a causa dei complessi squilibri neurormonali che si instaurano, si ha una ritenzione di sodio, viene spontaneo pensare che una riduzione del sale assunto con la dieta sia necessaria.

Ma cosa dicono in realtà gli studi presenti in letteratura?

Una revisione Cochrane ha valutato l'utilità della riduzione del sodio alimentare con la dieta per prevenire le malattia cardiovascolari. In particolare per quanto riguarda lo scompenso cardiaco congestizio è stato possibile ritrovare solo uno studio randomizzato e controllato (in cui peraltro erano stati arruolati appena 232 pazienti): i risultati non sembrano confermare la bontà di quanto consigliato dalle linee guida. Infatti da questo studio risultava che la riduzione del sodio alimentare nei pazienti con scompenso cardiaco congestizio aumentava la mortalità totale (RR = 2,59).

Arriva ora una revisione sistematica che ha assemblato i dati di sei RTC per un totale di 2747 pazienti con scompenso cardiaco da disfunzione sistolica. Negli studi veniva paragonata una dieta a normale contenuto di sodio (= 2,8 grammi/die) con una dieta a basso contenuto di sodio (= 1,8 grammi/die).
Si è visto che la dieta a basso contenuto di sodio era associata ad un aumento della mortalità totale del 95%, della morte improvvisa del 72%, della mortalità relata allo scompenso cardiaco del 123%, dei ricoveri per scompenso cardiaco del 110%.

Come concludere? In attesa che le linee guida prendano in considerazione queste nuove evidenze, cosa dovrebbe fare il medico pratico nei pazienti con scompenso cardiaco congestizio in trattamento con diuretici?
A nostro parere è ragionevole consigliare una dieta normale che non riduca in maniera drastica il contenuto di sodio.

RenatoRossi

Bibliografia

1. Taylors RS et al. Reduced dietary salt for the prevention of cardiovascular disease.
Cochrane Database Syst Rev. 2011 Jul 6;(7):CD009217

2. Dinicolantonio JJ et al. Low sodium versus normal sodium diets in systolic heart failure: systematic review and meta-analysis. Heart. Pubblicato anticipatamente online il 24 gennaio 2013.