

## Effetto a lungo termine della sostituzione del sale sugli esiti cardiovascolari: una revisione sistematica e una meta-analisi

---

Data di inserimento 26/06/2024

---

Anno 2024

---

Domanda di ricerca La sostituzione del sale è una strategia promettente per migliorare gli esiti cardiovascolari?

---

Quello che conta Scopo della revisione è valutare gli effetti a lungo termine della sostituzione del sale sugli esiti cardiovascolari.

Metodi di ricerca: Le strategie di ricerca sono state eseguite su: PubMed, EMBASE, Cochrane CENTRAL e CINAHL fino al 23 agosto 2023. Sono stati inoltre consultati registri di studi ed effettuate ricerche manuali delle citazioni riportate negli studi. Sono stati selezionati studi randomizzati controllati (RCT) che confrontavano la fornitura o il consiglio di utilizzare un sostituto del sale rispetto al non effettuare alcun tipo di intervento o rispetto all'uso di sale, nella popolazione adulta (21 - 75 anni) con durata dello studio di almeno 6 mesi o più.

Estrazione dei dati: due autori hanno selezionato in modo indipendente gli articoli, estratto i dati e valutato il rischio di bias. Gli esiti primari includevano mortalità, eventi cardiovascolari maggiori (MACE) ed eventi avversi a 6 mesi o più. Gli esiti secondari comprendevano la pressione arteriosa, la mortalità causa-specifica e l'escrezione urinaria a 6 mesi o più. Sono state effettuate meta-analisi e la certezza delle stime degli effetti è stata valutata utilizzando il GRADE (Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation).

Sintesi dei dati: dei 16 studi randomizzati inclusi, 8 hanno riportato gli esiti primari. La maggior parte degli studi (n = 7 su 8) sono stati condotti in Cina o Taiwan, 3 sono stati effettuati in strutture residenziali e 7 includevano popolazioni di età più avanzata (in media 62 anni) e/o con rischio cardiovascolare superiore alla media. In questa popolazione, i sostituti del sale possono ridurre il rischio di mortalità per tutte le cause (6 RCT; 27.710 partecipanti; rate ratio [RR], 0,88 [IC 95%, da 0,82 a 0,93]; bassa certezza) e di mortalità cardiovascolare (4 RCT; 25 050 partecipanti; RR, 0,83 [CI, da 0,73 a 0,95]; Il sostituto del sale può comportare una leggera riduzione dei MACE (3 RCT; 23.215 partecipanti; RR, 0,85 [CI, da 0,71 a 1,00]; certezza molto bassa), con evidenza di certezza molto bassa di eventi avversi gravi (6 RCT; 27.995 partecipanti; risk ratio pari a 1,04 [CI, da 0,87 a 1,25]).

---

Caveat La base delle evidenze è dominata da un unico, ampio RCT. La maggior parte degli studi randomizzati proveniva dalla Cina o da Taiwan e coinvolgeva partecipanti con rischio cardiovascolare superiore alla media; pertanto, la generalizzabilità ad altre popolazioni è limitata. La sostituzione del sale potrebbe ridurre la mortalità cardiovascolare o per tutte le cause ma le evidenze rispetto alla riduzione degli eventi cardiovascolari e degli eventi avversi gravi è incerta, in particolare per la popolazione occidentale. La certezza della evidenza è più alta nella popolazione a più elevato rischio cardiovascolare e o che segue un regime dietetico tradizionalmente Cinese.

---

Contesto	<p>Le malattie cardiovascolari (CVD) sono la principale causa di morte a livello globale, rappresentando circa un terzo di tutti i decessi. L'ipertensione arteriosa è un importante fattore di rischio per le malattie cardiovascolari e si stima che colpisca un terzo di tutti gli adulti a livello globale. Gli sforzi per prevenire, gestire e ridurre l'ipertensione sono economicamente e moralmente imperativi.</p> <p>Un'elevata assunzione di sodio nella dieta (&gt;2 g/die) è associata a malattie cardiovascolari e mortalità, rappresentando il 10% di tutti i decessi cardiovascolari. Diverse organizzazioni internazionali, raccomandano di ridurre l'assunzione di sale per prevenire gli eventi cardiovascolari. Tuttavia, il consumo mondiale di sodio supera ancora il limite giornaliero raccomandato, con piccole differenze in base all'età e al sesso.</p> <p>Una strategia sempre più popolare per ridurre l'assunzione di sodio è la sostituzione del sale (cioè l'utilizzo di un "sostituto del sale" con riduzione del sodio e aumento del potassio al posto del sale normale). Questa strategia riduce l'assunzione di sodio sostituendo il sale da cucina aggiunto nella dieta con un'opzione a basso contenuto di sodio e può essere vista come una strategia minimamente invasiva e realizzabile da implementare.</p>
In evidenza	<p>Sono stati inclusi studi su adulti in qualsiasi contesto (ad esempio, cure primarie, ambulatoriali o comunitarie, compresa l'assistenza agli anziani).</p>
Implicazioni per la pratica	<p>La sostituzione del sale di sodio con i sostituti del sale è un intervento poco costoso che può ridurre la mortalità per tutte le cause e quella cardiovascolare. Gli eventi avversi descritti sono di bassa entità.</p> <p>L'evidenza è più forte in alcune popolazioni, come quelle che seguono una dieta asiatica o con un alto rischio cardiovascolare. Sono necessarie ulteriori ricerche per determinare il rapporto costo-efficacia in queste popolazioni specifiche e l'efficacia tra altre popolazioni a rischio cardiovascolare medio o che seguono una dieta occidentale.</p>
Giudizio di qualità revisione	<p>Rating Health Evidence 7 (moderate)</p>
Riferimento bibliografico revisione	<p>Greenwood H, Barnes K, Clark J, Ball L, Albarqouni L. <a href="#">Long-Term Effect of Salt Substitution for Cardiovascular Outcomes : A Systematic Review and Meta-analysis</a>. Ann Intern Med. 2024 May;177(5):643-655. doi: 10.7326/M23-2626. Epub 2024 Apr 9. PMID: 38588546.</p>
Parole chiave	<p>- counselling nutrizionale - adulti - malattie cardiovascolari - Prevenzione dei rischi - prevenzione - anziani -</p>
Aree di intervento	<p>- alimentazione -</p>
Setting	<p>- comunitario - sanitario -</p>
Outcome	<p>Mortalità per tutte le cause, mortalità per CVD, pressione sistolica, pressione diastolica, ipertensione, potassio sierico, escrezione urinaria di potassio.</p>
Sintesi e traduzione	<p>Sintesi e traduzione a cura di Lidia Fubini, DoRS, Centro di Documentazione per la Promozione della Salute della Regione Piemonte, Italia.</p>