

Grazie al supporto dell'Accademia Svizzera delle Scienze Mediche, dell'Ufficio federale della sanità pubblica e delle biblioteche universitarie, tutte le Revisioni Cochrane Svizzera sono liberamente disponibili e possono essere scaricate dal sito internet [www.cochranelibrary.com](http://www.cochranelibrary.com).

## REVISIONE COCHRANE PER IL MEDICO DI FAMIGLIA



### Il ruolo dell'acqua nella prevenzione della calcolosi delle vie urinarie (Revisione)

Questa rubrica presenta i risultati di una revisione sistematica pubblicata dalla Cochrane Collaboration nella Cochrane Library ([www.cochrane.org](http://www.cochrane.org)).

Fonte: Cochrane Database of Systematic Reviews 2020, Issue 2. Art. No.: CD004292

---

<b>Contesto</b>	La calcolosi delle vie urinarie è una condizione comune caratterizzata da una prevalenza crescente e da alti tassi di recidiva. Studi osservazionali hanno riportato che un'aumentata assunzione di liquidi può giocare un ruolo importante nella prevenzione della formazione di calcoli delle vie urinarie, ma con una forza limitata delle evidenze scientifiche.
<b>Obiettivi</b>	Comparare gli effetti, in partecipanti con o senza una pregressa storia di calcolosi delle vie urinarie, di un'aumentata assunzione rispetto ad una normale assunzione di liquidi per la prevenzione della formazione dei calcoli delle vie urinarie.
<b>Metodi di ricerca</b>	È stata effettuata una ricerca sistematica in PubMed (MEDLINE), EMBASE (Ovid) e nella Cochrane Library fino al 15 ottobre 2019. Sono stati inoltre consultati revisioni, registri di trial clinici e le referenze bibliografiche degli articoli recuperati. Non è stato applicato nessun tipo di restrizione riguardo alla lingua o allo stato della pubblicazione.
<b>Criteri di selezione</b>	Sono stati inclusi studi clinici controllati randomizzati (RCTs) e simili (quasi-RCTs) che hanno valutato benefici o effetti avversi di un aumentato consumo di acqua versus un'assunzione normale di acqua per la prevenzione della formazione di calcoli delle vie urinarie in partecipanti con o senza anamnesi di calcolosi urinaria.
<b>Raccolta e analisi dei dati</b>	Sono state utilizzate procedure metodologiche standard della Cochrane. Due autori della revisione hanno effettuato in maniera indipendente l'estrapolazione dei dati e la valutazione del rischio di bias degli studi inclusi. È stata effettuata una meta-analisi di esiti dicotomici (per esempio il tasso di incidenza/recidiva di calcoli urinari; eventi avversi) utilizzando come misura il rischio relativo (RR) con associato l'intervallo di confidenza al 95% (95%CI). È stato calcolato il rapporto di rischio (HR) con un 95%CI per valutare l'effetto

---

dell'intervento sugli esiti nel tempo. Sono stati utilizzati i criteri GRADE per valutare la certezza delle evidenze scientifiche.

### Risultati principali

In partecipanti con nessuna storia pregressa di calcolosi urinaria (prevenzione primaria) la ricerca non ha identificato RCT riguardanti il ruolo di prevenzione della formazione di calcoli urinari mediante un'augmentata assunzione di acqua.

È stato identificato un solo studio clinico controllato randomizzato comprovante gli effetti di un'augmentata assunzione di acqua rispetto ad un normale consumo di acqua in partecipanti con una pregressa storia di calcolosi urinaria (prevenzione secondaria). Questo studio ha assegnato mediante randomizzazione 220 partecipanti: 110 partecipanti nel gruppo di intervento con un aumentato consumo di acqua e 110 partecipanti nel gruppo di controllo con un consumo standard di acqua. L'augmentata assunzione di acqua è stata definita come il raggiungimento di una produzione di urina del volume di almeno due litri al giorno bevendo acqua. Sulla base dei risultati di questo studio, un aumentato consumo di acqua ridurrebbe le recidive di calcolosi (RR 0.45, 95%CI da 0.24 a 0.84; 199 partecipanti; bassa certezza delle evidenze scientifiche); ciò corrisponde a 149 recidive di calcolosi in meno su 1000 partecipanti (da 43 a 205 in meno) con 270 recidive di calcolosi per 1000 partecipanti dopo cinque anni nel gruppo di controllo.

Un'augmentata assunzione di acqua rispetto ad un valore standard può anche prolungare il tempo prima dell'insorgenza di una recidiva di calcolosi urinaria (HR 0.40, 95%CI da 0.20 a 0.79; 199 partecipanti; bassa certezza delle evidenze scientifiche); sulla base di un tasso di recidiva di calcolosi urinaria di 270 su 1000 partecipanti dopo cinque anni, ciò corrisponde a 152 casi di recidive in meno (da 209 a 50 in meno) su 1000 partecipanti.

La certezza delle evidenze scientifiche è stata declassata per entrambi gli esiti a causa dei limiti e dell'imprecisione dello studio. Non sono state riscontrate evidenze scientifiche per quanto riguarda gli eventi avversi.

### Conclusioni degli autori

Non sono stati trovati studi clinici randomizzati che dimostrino un ruolo dell'augmentato consumo di acqua per la prevenzione primaria della calcolosi urinaria.

Nella prevenzione secondaria, l'augmentata assunzione di acqua, al raggiungimento di un volume di almeno due litri di urina al giorno, potrebbe ridurre le recidive di calcolosi urinaria come pure prolungare il tempo prima della comparsa di una recidiva in soggetti con una storia di calcolosi urinaria. Tuttavia, le evidenze in merito sono limitate.

Non sono state riscontrate evidenze scientifiche per eventi avversi legati all'augmentato consumo di acqua.

#### Abbreviazioni:

HR: rapporto di rischio;  
95%CI: intervallo di confidenza al 95%;  
RCTs: studi clinici controllati randomizzati;  
RR: rischio relativo.

#### Bibliografia

Bao Y, Tu X, Wei Q. *Water for preventing urinary stones. Cochrane Database of Systematic Reviews 2020, Issue 2. Art. No.: CD004292.*

#### Traduzione in italiano

PD Dr med. Giorgio Treglia, MSc (HTA)  
Responsabile Unità HTA ospedaliero  
Area formazione accademica,  
Ricerca e Innovazione (AFRI)  
Direzione generale EOC  
giorgio.treglia@eoc.ch

Mirka Zeis,  
Collaboratrice scientifica  
Area Formazione accademica,  
Ricerca e Innovazione  
Direzione generale EOC  
mirka.zeis@eoc.ch