

IL MIRTILLO ROSSO: UNA CURA "NATURALE" PER PREVENIRE LE INFEZIONI DEL TRATTO URINARIO?

Fonte: Rev Med Suisse 2013; 9: 1280

Questa rubrica presenta i risultati di una revisione sistematica pubblicata dalla Cochrane Collaboration nella Cochrane Library (www.cochrane.org). Volutamente limitato a un campo di ricerca circoscritto, quest'articolo rispecchia lo stato attuale delle conoscenze in quest'ambito. Non si tratta dunque di raccomandazioni per orientare la presa a carico di una problematica clinica vista nella sua interezza (linee guida).

Scenario

Una paziente di 25 anni con antecedenti di cistite ha letto in internet che il succo di mirtillo rosso diminuisce il tasso di infezione urinaria. Vi chiede se le raccomandate l'utilizzo del mirtillo rosso per prevenire una recidiva di infezione urinaria.

Quesito

L'utilizzo del mirtillo rosso previene le infezioni urinarie?



Contesto

L'infezione urinaria (IU) è una diagnosi molto frequente nella pratica ambulatoriale, la quale implica molto spesso un trattamento. Oltre alle donne giovani, sessualmente attive, colpisce anche i bambini piccoli, le donne in gravidanza e gli anziani.

Il mirtillo rosso è impiegato da diversi decenni per prevenire e curare le IU. Benché alcuni studi suggeriscano che alcune sostanze contenute nel mirtillo rosso impediscono l'aderenza dei batteri alla parete vescicale, il suo meccanismo d'azione è poco chiaro. Lo scopo di questo aggiornamento di revisione sistematica è di determinare l'efficacia del mirtillo rosso nella prevenzione delle IU nella popolazione a rischio.

Risultati

Sono stati identificati ventiquattro studi randomizzati comparativi comprendenti 4'473 pazienti. È stata paragonata l'efficacia del mirtillo rosso assunto durante ≥ 1 mese ad un placebo o ad altri trattamenti. Il mirtillo rosso paragonato a:

- un placebo o nessun trattamento non diminuisce il rischio di IU: nell'insieme delle popolazioni studiate (RR 0,9; IC 95%: 0,7-1; 13 studi), nelle donne con IU recidivante (RR 0,7; IC 95%: 0,4-1,3; 4 studi), nelle persone anziane (RR 0,8; IC 95%: 0,4-1,4; 2 studi), negli adulti e nei bambini necessitanti un catetere urinario (intermittente o permanente; RR 1; IC 95%: 0,8-1,2; 2 studi), nelle donne in gravidanza (RR 1; IC 95%: 0,9-1,2; 2 studi) e nemmeno nei bambini con rischio di IU recidivanti (RR 0,5; IC 95%: 0,2-1,2; 2 studi).
- una profilassi antibiotica non diminuisce il rischio di IU nelle donne o nei bambini con IU recidivanti (RR 1,3; IC 95%: 0,9-2; 2 studi; rispettivamente RR 0,7; IC 95%: 0,3-1,5; 1 studio).

Non è stata dimostrata alcuna differenza di efficacia tra i dosaggi di mirtillo rosso (1 dose vs ≥ 2 dosi/giorno: RR 1,1; IC 95%: 0,8-1,7; 3 studi).

Gli effetti indesiderati, rari e lievi, sono stati segnalati tanto da parte dei pazienti trattati con mirtillo rosso quanto dai gruppi di controllo.

Limiti

- Le forme galeniche (sciroppo, succo, pastiglie, capsule) e i dosaggi di mirtillo rosso variavano molto negli studi. La quantità di sostanza attiva presupposta (proantocianidina) molto spesso non era menzionata.
- Solamente sei studi hanno analizzato i risultati in termini di "number needed to treat".
- La proporzione dei pazienti persi di vista al follow up era elevata in molti studi. La mancanza di cecità dei partecipanti e dei ricercatori rappresentava un bias potenziale.
- Dodici studi non hanno potuto essere integrati nella metanalisi per mancanza di comparabilità dei risultati o in ragione della loro eterogeneità.
- La maggior parte degli studi mancava di potenza statistica per determinare le differenze tra i gruppi studiati (basso numero di pazienti).

Conclusioni degli autori

Mentre la revisione Cochrane del 2008 suggeriva che l'assunzione di mirtillo rosso poteva prevenire le IU nelle donne, questo aggiornamento, che ha incluso quattordici nuovi studi, mostra che il mirtillo rosso paragonato ad un placebo o ad un qualsiasi altro trattamento non diminuisce il rischio di IU nelle popolazioni a rischio.

Risposta al quesito clinico

La prevenzione delle IU tramite consumo di una sostanza non medicamentosa può sembrare attrattiva per dei pazienti con IU recidivanti, situazione frequente in un contesto globale di aumento delle resistenze agli antibiotici degli uropatogeni. I risultati di questa revisione non permettono di affermare che il mirtillo rosso è efficace nel prevenire le IU. Inoltre, un numero importante di partecipanti non è stato seguito come previsto, ciò che potrebbe suggerire che questo trattamento non è ben accolto o seguito dai pazienti. Pertanto, attualmente non vi è alcun motivo di raccomandare alla vostra paziente il consumo di mirtillo rosso per prevenire una recidiva di IU.

Abbreviazioni:

RR: rischio relativo;

IC 95%: intervallo di confidenza al 95%.

Redazione

Dottori A. Flatz¹, I. Peytremann-Bridevaux^{1,2}, O. Clerc³

¹ Institut universitaire de médecine sociale et préventive de l'Université de Lausanne, Route de la Corniche 10, 1010 Lausanne

² Cochrane Suisse, Route de la Corniche 10, 1010 Lausanne

³ Service des maladies infectieuses, Département de médecine, CHUV et Université de Lausanne, 1011 Lausanne

Corrispondenza

swiss.cochrane@chuv.ch

Traduzione in italiano

Dr med. Fabrizio Barazzoni, MPH,
FMH Prevenzione e salute pubblica
Capo Area medica Direzione generale EOC
fabrizio.barazzoni@eoc.ch

Stefania Pelli, MBA,
Collaboratrice scientifica
Area medica Direzione generale EOC
stefania.pelli2@eoc.ch

Bibliografia

Jepson RG, Williams G, Craig JC. Cranberries for preventing urinary tract infections. Cochrane Database of Systematic Reviews 2012, Issue 10. Art. No.: CD001321. DOI: 10.1002/14651858.CD001321.pub5.