



Energy drink e rischio ictus, l'allarme dei medici

Descrizione

(Adnkronos) -

Un consumo eccessivo giornaliero di bevande energetiche può comportare un serio rischio di ictus. È l'allarme lanciato da un gruppo di medici britannici sulla rivista "Bmj Case Reports", dopo aver avuto in cura un uomo 50enne, in forma e sano, che aveva l'abitudine di bere 8 lattine al giorno e soffriva di pressione sanguigna estremamente alta. Il caso illustrato alla comunità scientifica ha colpito gli esperti al punto da spingerli a chiedere una regolamentazione più severa delle vendite e della pubblicità di queste bevande, soprattutto data la loro popolarità tra i giovani.

Il protagonista della relazione dei camici bianchi UK ha avuto un ictus localizzato nel talamo, la parte del cervello coinvolta nella percezione sensoriale e nel movimento. I sintomi includevano debolezza del lato sinistro del corpo, intorpidimento e difficoltà di equilibrio, di deambulazione, deglutizione e linguaggio, noti come atassia.

Al momento del ricovero in ospedale la pressione sanguigna del paziente era di 254/150 mm Hg, valore considerato estremamente alto. I medici hanno somministrato all'uomo una terapia farmacologica per abbassarla e la pressione sanguigna sistolica (che riflette la pressione arteriosa durante l'azione di pompaggio del cuore) è scesa a 170 mm Hg. Ma una volta tornato a casa, la pressione è salita di nuovo e si è mantenuta costantemente alta nonostante l'intensificazione della terapia.

Dopo ulteriori domande, il paziente ha rivelato di bere in media 8 bevande energetiche al giorno, ciascuna delle quali conteneva 160 mg di caffeina, per un apporto giornaliero di 1.200-1.300 mg di caffeina: l'assunzione massima giornaliera raccomandata è di 400 mg. A quel punto gli è stato chiesto di abbandonare questa abitudine quotidiana, e la sua pressione sanguigna è tornata alla normalità, così i farmaci antipertensivi non sono stati più necessari. Ma dal punto di vista clinico, l'uomo non ha riacquisito la piena sensibilità al lato sinistro.

“Ovviamente ha raccontato il paziente non ero consapevole dei pericoli che l’assunzione di energy drink mi stava causando. Ho continuato ad avere intorpidimento al lato sinistro sia alle dita della mano che del piede anche dopo 8 anni”. Gli autori del rapporto sottolineano che la scarsa consapevolezza sui potenziali rischi cardiovascolari associati al consumo eccessivo di bevande energetiche non sorprende, poiché in genere non vengono considerate un potenziale rischio di malattie cardiovascolari.

Nel 2018 i principali supermercati del Regno Unito hanno implementato un divieto volontario sulla vendita di queste bevande ai minori di 16 anni nel tentativo di contrastare l’obesità, il diabete e la carie, ma sono meno esplorati i possibili rischi maggiori per le malattie cardiovascolari, tra cui gli ictus ischemici ed emorragici, in particolare nei gruppi demografici più giovani che altrimenti dovrebbero avere un rischio di ictus inferiore”, sottolineano gli esperti del Nottingham University Hospitals Nhs Trust, che firmano il focus. Le bevande energetiche contengono più di 150 mg di caffeina per litro e in genere hanno un contenuto molto elevato di zucchero e quantità variabili di altre sostanze chimiche, spiegano gli autori. Questa quantità dichiarata “la caffeina pura”, ma altri ingredienti contengono “caffeina nascosta”: ad esempio, si ritiene che il guaranà contenga una concentrazione doppia rispetto a quella di un chicco di caffè”, avvertono.

L’ipotesi “che l’interazione di questi altri ingredienti, tra cui taurina, guaranà, ginseng e glucuronolattone, potenzi gli effetti della caffeina, aumentando il rischio di ictus attraverso numerosi meccanismi”, spiegano i ricercatori. “Si dice che una bevanda energetica media contenga circa 80 mg di caffeina per porzione da 250 ml, rispetto ai 30 mg del tè e ai 90 mg del caffè”, ma in alcuni casi può contenere fino a 500 mg in una singola porzione”.

Questo rapporto rappresenta solo un caso, ma gli autori concludono comunque: “Sebbene le prove attuali non siano conclusive, data la letteratura in continua crescita, l’elevata morbidità e mortalità associate a ictus e malattie cardiovascolari e gli effetti negativi ben documentati sulla salute delle bevande ad alto contenuto di zucchero, suggeriamo che una maggiore regolamentazione delle vendite di bevande energetiche e delle campagne pubblicitarie (che sono spesso rivolte a fasce più giovani) potrebbe essere vantaggiosa per la futura salute cerebrovascolare e cardiovascolare della nostra società”.

“

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Dicembre 10, 2025

Autore
redazione

default watermark