

-Nota 94 su Omega tre nel post infarto: luci/ombre e alternative terapeutiche

Nel numero 6 del 2013 della rivista Infofarma, giornale di Informazione Indipendente e aggiornamento Sanitario, ad opera del Settore Farmaceutico della USSL20 di Verona, è stato pubblicato un interessante approfondimento sulla vicenda Omega tre, alla quale nel corso dell'anno abbiamo dedicato molta attenzione, ci è sembrato doveroso quindi fornirvi tutti gli strumenti necessari per poter prescrivere il farmaco con tutti gli accorgimenti del caso.

Nell' articolo si fa riferimento oltre allo studio "GISSI Prevenzione"¹(pubblicato nel 1999), preso come riferimento per l'istituzione della Nota 94 volta alla prevenzione della morte cardiaca improvvisa in pazienti con recente sindrome coronarica acuta, anche allo studio "DART"² che, 10 anni prima aveva evidenziato come il semplice consiglio di mangiare pesce grasso 2 volte/settimana, aveva dato una significativa riduzione a due anni del 29% della mortalità da tutte le cause e del 32% di quella da cardiopatia ischemica nel braccio sperimentale di 2.033 maschi post-infartuati, dimostrando un effetto protettivo superiore a quello ottenuto nello studio GISSI.

Inoltre viene ricordato come lo studio **OMEGA**³, un RCT in doppio cieco, pubblicato 11 anni dopo il GISSI, su 3.851 pazienti post infartuati seguiti per un anno, mostri una mortalità improvvisa identica nei due gruppi (placebo vs N3 PUFA).

Un'altra informazione che va tenuta in considerazione è che alti livelli ematici di Omega tre, si sono rivelati associati ad un maggior rischio di cancro alla prostata, come attestato da una Metanalisi⁴ di 7 studi prospettici.

Riportiamo di seguito una tabella con i valori di omega tre per 100 grammi di pesce, o di certi vegetali, che pensiamo possa essere utile nell'educazione alimentare del paziente ad alto rischio cardiovascolare.

PESCE AZZURRO	contenuto di Omega-3 espresso come EPA+DHA*	VEGETALI	contenuto di Omega-3 espresso come ALA§
Sgombro fresco	1,99 g	noci secche	6,64 g
Acciughe fresche	0,79 g	noci pecan	1,00 g
Sarde fresche	1,67 g	farina di soia	1,66 g
Tonno fresco	2,95 g	olio di soia	7,60 g
Salmone fresco	2,08 g	olio di germe di grano	5,40 g
Salmone affumicato	0,78 g		

Tutto questo per ribadire le evidenze quanto ormai incerte dell'efficacia terapeutica del farmaco, in prevenzione primaria e secondaria e per supportare una scelta terapeutica più consapevole.

Bibliografia:

1. GISSI-Prevenzione investigators. Dietary supplementation with n-3 polyunsaturated fatty acids and vitamin E after myocardial infarction: results of the GISSI-Prevenzione trial. *Lancet* 1999;354:447-55.
2. Burr ML, et al. Effects of changes in fat, fish, and fibre intakes on death and myocardial reinfarction: diet and reinfarction trial (DART). *Lancet* 1989;2:757-61.
3. Li J, et al. Usefulness of heart rate to predict one-year mortality in patients with atrial fibrillation and acute myocardial infarction (from the OMEGA trial). *Am J Cardiol* 2013; 111:811-15.
4. Brasky TM et al. Plasma phospholipid fatty acids and prostate cancer risk in the SELECT trial. *JNCI* 2013

Link del sito:
Infofarma 6