

Uso del peperoncino e mortalità: una ricerca italiana.

Il peperoncino è una parte abituale di una dieta mediterranea tradizionale. Tuttavia, i dati epidemiologici sull'associazione tra assunzione di peperoncino e rischio di mortalità sono scarsi, con una mancanza di studi sulle popolazioni mediterranee.

Uno studio ha cercato di esaminare l'associazione tra consumo di peperoncino e rischio di morte in un ampio campione della popolazione generale italiana adulta e di spiegare i mediatori biologici dell'associazione.(1)

Sono state condotte analisi longitudinali su 22.811 uomini e donne arruolati nel gruppo di studio Moli-sani (2005-2010). L'assunzione di peperoncino è stata stimata dal questionario sulla frequenza alimentare EPIC (European Prospective Investigation Into Cancer) e classificata come nessuna frequenza / consumo raro, fino a 2 volte a settimana, da > 2 a ≤4 volte a settimana e > 4 volte a settimana.

Nel corso di un follow-up mediano di 8,2 anni, sono stati accertati un totale di 1.236 decessi. I rapporti di rischio multivariabili (HR) per mortalità per tutte le cause e malattie cardiovascolari (CVD) tra i partecipanti all'assunzione regolare (> 4 volte / settimana) relativamente a nessuna / rara erano 0,77 (intervallo di confidenza al 95% [CI]: da 0,66 a 0,90) e 0,66 (IC al 95%: da 0,50 a 0,86), rispettivamente. L'assunzione regolare era anche inversamente associata a cardiopatia ischemica (HR: 0,56; IC al 95%: da 0,35 a 0,87) e rischio di morte cerebrovascolare (HR: 0,39; IC al 95%: da 0,20 a 0,75). L'associazione tra consumo di peperoncino e mortalità totale è risultata più forte nei soggetti senza ipertensione (p per interazione = 0,021). Tra i biomarcatori noti di CVD, solo la vitamina D sierica rappresentava marginalmente tali associazioni.

In una grande popolazione mediterranea adulta, il consumo regolare di peperoncino è associato a un minor rischio di morte totale e CVD indipendentemente dai fattori di rischio CVD o dall'adesione a una dieta mediterranea. I biomarcatori noti del rischio di CVD mediano solo marginalmente l'associazione tra l'assunzione di peperoncino e la mortalità.

Bibliografia

1. Marialaura Bonaccio, Augusto Di Castelnuovo, Simona Costanzo et al Chili Pepper Consumption and Mortality in Italian Adults. *Journal of the American College of Cardiology* Volume 74, Issue 25, December 2019 DOI: 10.1016/j.jacc.2019.09.068

A cura di Marco Cambielli