

FARMACI SENZA RICETTA, LI ASSUMIAMO COME IL CAFFÈ. MA FANNO MALE

Prendiamo troppi antinfiammatori, rischio ictus

di DANIELE BANFI

■ Efficaci contro il dolore, pericolosi per il cuore. Gli antinfiammatori non steroidei (i cosiddetti Fans) sono tra i farmaci più utilizzati in Italia. In libera vendita, possono avere effetti collaterali di vario tipo e diversa gravità. Si va dagli scompensi cardiaci, con conseguenze anche fatali soprattutto per chi è già problemi di natura cardiovascolare, agli ictus, alla dipendenza. Eppure, nonostante numerose ricerche mettano in luce i rischi connessi all'utilizzo prolungato degli antinfiammatori, molti continuano ad abusarne.

a pagina 15

► LA NOSTRA SALUTE

Antinfiammatori, una mania ad alto rischio

L'Italia è un Paese di consumatori seriali di Fans, farmaci senza ricetta che vengono presi ogni volta che si accusa un dolore. Vanno utilizzati con attenzione. Molte volte non servono. L'abuso aumenta il pericolo di infarti o ictus e può creare dipendenza

di DANIELE BANFI

■ Italiani, popolo di poeti, santi, navigatori e... consumatori seriali di antinfiammatori non steroidei. Quelli che i medici chiamano Fans, per intenderci. Anche se negli ultimi anni il loro utilizzo è parzialmente diminuito - nel 2012 eravamo ai massimi storici - nel nostro Paese questi farmaci vengono presi come il caffè a colazione. Certo la pubblicità non aiuta. Per il mal di testa, per i dolori da ciclo mestruale o per il male alle articolazioni è un pullulare di spot televisivi in cui si invita - complice la possibilità di acquistare il tutto senza ricetta medica - a farne uso. Secondo il ministero della Salute, la spesa annua per questo tipo di prodotti è di 500 milioni di euro, 8,55 euro a persona.

Ma se utilizzati appropriatamente sono una vera e propria manna dal cielo, l'assunzione continua e scorretta può portare a seri problemi. No, non parliamo di quelli all'apparato gastrointestinale, noti ormai da oltre 20 anni. A proposito, vi siete ricordati del ga-

stroprotettore questa mattina? Uno dei principali problemi legati all'assunzione dei Fans è il danno al sistema cardiovascolare. Gli esperti sono concordi: un utilizzo non appropriato espone, in particolare chi ha già problemi di cuore, ad un maggior rischio di andare incontro a infarti e ictus.

«In Italia», spiega il professor **Cesare Fiorentini**, direttore Sviluppo area clinica all'Ircs Centro cardiologico **Monzino** di Milano, «l'abuso di antinfiammatori è un problema molto serio. Siamo una delle nazioni che ne utilizzano di più». La ragione è presto detta ed è principalmente dovuta all'età media del nostro Paese, una nazione sempre più anziana. «Più passano gli anni», continua Fiorentini, «è più si va incontro allo sviluppo di dolori. Che siano cartilaginei o dovuti all'artrosi una delle soluzioni più facili per attenuarli è assumere antinfiammatori». Soluzione però che presenta più di un effetto collaterale. Se infatti questi farmaci funzionano alla perfezione «in acuto», ovvero quando il dolore c'è sporadicamente come nel caso di un mal di denti o di un trauma sportivo, è nel dolore

cronico che cominciano ad esserci problemi.

Tecnicamente per dolore cronico si intende quello che perdura da almeno tre mesi. Il tipo più frequente è il mal di schiena, che interessa più del 60 per cento di quanti soffrono di dolore cronico, seguito da dolori articolari e reumatici. I costi diretti e indiretti complessivi della gestione arrivano quasi al 3 per cento del rendimento economico europeo totale. Le ricadute nella vita quotidiana sono notevoli. Il dolore cronico è responsabile di 500 milioni di giorni di assenza per malattia ed è la prima causa di incapacità lavorativa o di pensionamento anticipato. Eppure, invece che trattarlo adeguatamente con le molecole giuste, preferiamo assumere Fans - che non sono dei veri e propri antidolorifici - sperando che vada tutto bene. Uno studio italiano del 2015 (pubblicato su *Drug design, development and therapy*), effettuato su 3.000 persone che soffrono di dolore cronico, afferma che oltre il 97% si è affidata ad antinfiammatori per più di 21 giorni consecutivi.

«I farmaci antinfiammato-

ri», spiega l'esperto, «vanno usati con molta attenzione. Ciò vale sia per le persone in buono stato di salute sia per chi ha già problemi di natura cardiovascolare come, ad esempio, quegli individui che in passato sono stati sottoposti ad interventi di angioplastica, posizionamento di stent o individui semplicemente ipertesi. I Fans infatti indeboliscono l'endotelio vascolare - quel tessuto interno di arterie e vene più a stretto contatto con il passaggio del sangue - rendendolo meno capace di vasodilatarsi e di rispondere allo stress a cui è sottoposto». Ma c'è di più: nelle persone con lesioni dell'endotelio gli antinfiammatori «destabilizzano» quegli accumuli di grasso all'interno delle arterie - le placche aterosclerotiche - rendendoli liberi di «staccarsi» pericolosamente andando ad otturare altri vasi. Quando ciò si verifica a livello delle coronarie il risultato è un infarto, nel cervello è invece causa di ictus.

«Un rischio», prosegue Fiorentini, «che è dipendente dal dosaggio. Il vero problema dell'utilizzo dei Fans è infatti il consumo continuativo. Questi farmaci utilizzati senza solu-

zione di continuità non solo espongono ad un maggior rischio di sviluppare ictus e infarti ma causano dipendenza. Più ne assumi e più ne senti il bisogno. Ecco perché bisogna stare molto attenti ad utilizzarli». Sorge però un dubbio. Negli ultimi anni i medici ci hanno continuato a ripetere che uno dei nemici del sistema cardiovascolare, e non solo, è

l'infiammazione. Ora però ci dicono che gli antinfiammatori non vanno bene. Dove sta la verità?

«L'infiammazione è giusto spegnerla. Quando si parla di antinfiammatori però bisogna fare dei distinguo. I Fans, ottimi in alcuni casi, nelle persone più a rischio cardiovascolare dovrebbero essere sostituiti con l'aspirinetta e con le stati-

ne», spiega **Fiorentini**. Queste ultime, a differenza di quanto si possa pensare, non sono solo utili nel controllo del colesterolo ma aiutano ad abbassare lo stato infiammatorio in particolare a livello delle placche aterosclerotiche.

E per il dolore? «Il mio consiglio è di evitare il fai da te e l'utilizzo prolungato. Per curare il dolore cronico i Fans

non sono affatto indicati. I prodotti da banco sono sicuri se utilizzati per il tempo breve e il dosaggio basso consentiti: basta però non farsi prendere la mano perché il sollievo non arriva, continuando ad assumerli a lungo o aumentando le dosi. In questi casi c'è bisogno di altro e rivolgersi al medico è la soluzione migliore», conclude l'esperto.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Mezzo miliardo di euro è la spesa annua per questi tipi di medicinali

L'uso prolungato è un azzardo per chi ha già problemi cardiovascolari

