

■ RASSEGNA

2022: i trial più rilevanti dal *New England Journal of Medicine*

■ Livia Tonti

Il *New England Journal of Medicine*, la principale rivista internazionale di medicina, ha proposto all'inizio di quest'anno una selezione dei più rilevanti trial pubblicati nel 2022.

Tra questi, alcuni possono essere di interesse per la Medicina Generale, e per questo ne condidiamo un breve riassunto, che può essere un'occasione per ricordare alcuni degli articoli più impattanti pubblicati nel panorama di un intero anno e cogliere quali possano essere le attuali direzioni della medicina in alcuni ambiti.

► **Restrizione calorica vs digiuno intermittente**

Un articolo di Liu D, et al (*N Engl J Med* 2022; 386: 1495-504) ha mostrato che tra pazienti con obesità, una tipologia di digiuno intermittente (time-restricted eating, TRE, che prevede l'assunzione di alimenti in un periodo limitato di tempo nella giornata) non sembra più benefico, in termini di riduzione del peso corporeo o di fattori di rischio metabolico, rispetto alla restrizione calorica giornaliera. In questo studio, l'alimentazione del gruppo TRE avveniva solo tra le 8 del mattino e le 4 del pomeriggio per 12 mesi.

► **Un pancreas bionico per il diabete di tipo 1**

I progressi tecnologici nel trattamento del diabete di tipo 1 sono sempre più incoraggianti. In questo filone si colloca anche uno studio sul cosiddetto pancreas bionico (*N Engl J Med* 2022; 387: 1161-72). Il punto di partenza è che gli attuali sistemi semiautomatici di rilascio dell'insulina richiedono regimi di insulina individualizzati per l'inizializzazione della terapia e dosi dei pasti basate sul conteggio dei carboidrati per il funzionamento di routine. Il pancreas bionico viene invece inizializzato solo sulla base del peso corporeo, prende tutte le decisioni sulla dose, somministra autonomamente l'insulina e utilizza le comunicazioni dei pasti senza contare i carboidrati. In questo studio di 13 settimane in adulti e bambini con diabete di tipo 1, il pancreas bionico è risultato associato a una maggiore riduzione dei livelli di emoglobina glicata rispetto alla terapia standard (qualsiasi metodo di somministrazione di insulina con un monitoraggio del glucosio in tempo reale).

► **Iperensione lieve in gravidanza**

Trattare o non trattare l'ipertensione cronica lieve in gravidanza?

Una possibile risposta è provenuta da questo studio in aperto (*N Engl J Med* 2022; 386: 1781-92) in cui oltre 2400 donne gravide con ipertensione cronica lieve e con un'età gestazionale di meno di 23 settimane sono state sottoposte a terapia antipertensiva consentita per l'uso in gravidanza o nessun trattamento (tranne se la pressione sistolica era ≥ 160 mmHg o quella diastolica ≥ 105). I risultati hanno mostrato che una strategia che abbia come obiettivo il raggiungimento di valori pressori $< 140/90$ mmHg è associata a migliori esiti della gravidanza rispetto a un trattamento solo in caso di ipertensione grave senza far registrare un aumento del rischio di basso peso per l'età gestazionale.

► **Cruciverba per il decadimento cognitivo**

Per il decadimento cognitivo lieve l'allenamento per 12 settimane con cruciverba computerizzati è associato a un miglioramento delle capacità cognitive rispetto ai giochi cognitivi computerizzati. A dirlo uno studio di Devanand et al (*NEJM* 2022; 1(12) DOI:<https://doi.org/10.1056/EVIDoa2200121>) secondo le cui conclusioni, se questi effetti venissero replicati ed approfonditi in trial futuri con l'inclusione di un gruppo di controllo che non riceva formazione cognitiva, l'allenamento sui cruciverba potrebbe diventare uno strumento di potenziamento cognitivo modulabile e da realizzare a domicilio per le persone con decadimento cognitivo lieve.