



COMUNICATO STAMPA

LA SUPPLEMENTAZIONE DI VITAMINA D PUO' CONTRIBUIRE A PREVENIRE E RALLENTARE L'INFEZIONE DA CORONAVIRUS?

PER DIFENDERE SISTEMA IMMUNITARIO ESPERTI RACCOMANDANO VITAMINA D IN PARTICOLARE A POPOLAZIONE OVER 65.

FIRMO ATTIVA HELP LINE COVID-19 PER PAZIENTI 24H SU 24H

Milano, xx marzo 2020. In uno scenario di grande emergenza in cui ai cittadini arrivano messaggi contrastanti che promuovono cure e rimedi miracolosi facendo leva sul senso di incertezza e paura, sarebbe meglio trasmettere pochi messaggi, il più possibile chiari e documentati. La medicina ed il progresso scientifico, come scienza umana, d'altronde non sempre procede in linea retta, men che meno quando di fronte ad una pandemia manca il tempo per testare e verificare le soluzioni e si tende ad avanzare per tentativi.

Con queste premesse gli esperti da settimane si stanno interrogando sulla possibilità che la supplementazione di vitamina D possa realmente contribuire a prevenire o rallentare l'infezione da Coronavirus. La recente comunicazione dell'Università di Torino¹, che ha riscontrato una consistente carenza di vitamina D in una ristretta popolazione di pazienti contagiati Covid-19, al punto da classificare l'ipovitaminosi D come un potenziale fattore di rischio, ripropone l'interrogativo con ancora maggiore forza. Quindi, che fare? Quali raccomandazioni fornire?

“Quello che sappiamo per certo perché documentato da studi seri e consistenti – **dichiara la Prof.ssa Maria Luisa Brandi, Professore Ordinario di Endocrinologia e Malattie del Metabolismo presso l'Università di Firenze, Responsabile del Centro Regionale di Riferimento su Tumori Endocrini Ereditari, Direttore Unità Operativa di Malattie del Metabolismo Minerale e Osseo presso L'Azienda Ospedaliero - Universitaria di Careggi a Firenze e Presidente di FIRMO** – è che la Vitamina D possiede due capacità indiscutibili: da una parte è in grado di amplificare l'immunità acquisita e quella innata del nostro sistema immunitario contro le forme virali², come ad esempio l'influenza^{3,4}; dall'altra che può aiutare a combattere le patologie respiratorie come le polmoniti. Mettendo insieme gli elementi quindi la nostra raccomandazione, in una emergenza di questo tipo, è quella di consigliare alla popolazione ed in particolare agli over 65 la supplementazione di Vitamina D (Colecalciferolo) con l'assunzione di almeno 1.000 unità al giorno.”

Livelli di Vitamina D al minimo in questo periodo dell'anno. Tra la fine dell'inverno, l'inizio primavera i livelli di Vitamina D immagazzinati dal nostro corpo con l'esposizione al sole sono da sempre al minimo, e se in più si pensa che gli italiani sono ormai da tre settimane chiusi in casa per

¹ https://www.unito.it/comunicati_stampa/la-carenza-di-vitamina-d-un-fattore-di-rischio-linfezione-da-coronavirus

² <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29587438>

³ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30115864>

⁴ <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fimmu.2019.00065/full>

l'isolamento domiciliare, ecco che è giustificata la preoccupazione degli esperti, che considerano di estendere la raccomandazione anche a giovani e adulti sia con consigliando un'alimentazione ricca di Vitamina D (es. salmone, pesce azzurro, latte, uova, funghi) sia con l'eventuale supplementazione.

Vitamina D al centro del dibattito scientifico e degli enti regolatori. Negli ultimi mesi la Vitamina D è stata più volte al centro del dibattito scientifico ed oggetto di disposizioni di AIFA perché il suo uso è stato probabilmente sovradimensionato anche in relazione a patologie (diabete, problemi cardiovascolari, tumori etc.) per le quali non ci sono ancora evidenze scientifiche consolidate di efficacia.

“La Vitamina D non può e non deve essere considerata la panacea per tutti i mali – **spiega la Prof.ssa Brandi** – noi ci siamo da tempo espressi con forza per riportare l'uso di questo ormone al suo obiettivo primario che è quello di aiutare e regolare il metabolismo minerale, sia in prevenzione primaria che secondaria dell'osteoporosi che purtroppo si stima arrivi a colpire fino a 5 milioni di italiani⁵. Tuttavia, in questo caso di grande emergenza, puntare sulla prevenzione e raccomandare di alzare i livelli di Vitamina D per sostenere il nostro sistema immunitario, pensiamo possa solo portare ad un effetto positivo, anche se certamente non misurabile.”

Lo studio americano “Vitamin D supplementation could prevent and treat influenza, coronavirus, and pneumonia infections”⁶ sostiene come lo stato di carenza di vitamina D nella popolazione durante l'inverno sia una delle condizioni che permettono la diffusione delle epidemie di influenze virali. I ricercatori rilevano come tra le funzioni più interessanti della Vitamina D c'è quella che la vede come fattore protettivo delle infezioni respiratorie grazie ad alcuni meccanismi tra i quali: la soppressione dello sviluppo dei virus con l'induzione di proteine (Catelicidine e Defensine) e la riduzione della produzione delle Citochine infiammatorie che a loro volta diminuiscono il rischio dell'insorgenza di polmoniti per tempeste di Citochine.

FIRMO ATTIVA Help line COVID-19 attiva 24 ore 24 per i pazienti affetti da malattie scheletriche rare o osteoporosi. Un aiuto per i pazienti affetti da malattie scheletriche rare o osteoporosi che hanno contratto il Covid-19 o lo sospettano, oltre che per i professionisti sanitari che non hanno esperienze specifiche in patologie ossee anche rare. È possibile contattare FIRMO per porre domande su malattie rare e Covid-19 e osteoporosi e Covid-19 inviando una mail a info@fondazionefirmo.com, oppure dal sito www.fondazionefirmo.com e accedendo alla sezione domande e risposte direttamente dalla home page. La help line, è stata creata grazie a ERN BOND, in accordo con la Federazione delle Associazioni di Persone con Malattie Rare d'Italia (UNIAMO FIMR) e con l'Associazione dei Pazienti affetti da Osteogenesis Imperfecta (ASITOI).

Vitamina D cose da sapere:

- La vitamina D3 o Colecalciferolo è prodotta per l'80% a livello cutaneo dal colesterolo per azione dei raggi solari UVB, mentre il 20% è introdotto con la dieta. Per diventare attiva questa vitamina deve subire due trasformazioni: una a livello epatico, una a livello renale. Questa vitamina contribuisce all'assorbimento di calcio, il che assicura il corretto ricambio e mineralizzazione dell'osso, comportando una riduzione della perdita ossea.
- La vitamina D ha inoltre un effetto di stimolazione diretta sul tessuto muscolare, migliorando la forza e la funzionalità muscolare, sia nei giovani sia negli adulti e anziani, riduce il rischio di cadute e fratture.
- In Italia il 76% degli anziani (60-80 anni) presenta un quadro di ipovitaminosi D, e il 26% un quadro di ipovitaminosi D grave. Applicando la stessa soglia, una simile distribuzione è presente anche tra i bambini.

⁵<http://www.salute.gov.it/portale/donna/dettaglioContenutiDonna.jsp?lingua=italiano&id=4491&area=Salute%20donna&menu=patologie>

⁶ <https://www.preprints.org/manuscript/202003.0235/v1>

- Lo stato vitaminico D si misura attraverso il dosaggio della 25-idrossivitamina D nel sangue: per il mantenimento di un ottimale metabolismo minerale e scheletrico sono necessari valori superiori a 20-30 ng/ml. Invece, circa l'80% dei fratturati di femore presenta bassi livelli di vitamina D, e circa il 60% (3 pazienti su 5) ne ha grave carenza (valori di 25-idrossivitamina D inferiori a 10 ng/ml).
- In caso di carenza, la supplementazione di vitamina D, insieme a un corretto introito di calcio, è la premessa per qualsiasi trattamento farmacologico specifico. Infatti la carenza di calcio e/o vitamina D è la causa più comune di mancata risposta alla terapia farmacologica dell'osteoporosi. La supplementazione può essere assunta in dosi giornaliere, settimanali o mensili. In pazienti con severe sindromi da malassorbimento è a volte preferita la somministrazione per via intramuscolare.