Vitamina D gratis agli anziani toscani per prevenire le fratture

Data 20 ottobre 2005
Categoria reumatologia

Il medico di medicina generale toscano, in occasione della vaccinazione antinfluenzale, proporrà agli anziani di bere due fialette di vitamina D.

Come in Veneto anche in Toscana verrà promossa la somministrazione gratuita agli anziani di vitamina D. Nell'ambito del progetto contro l'osteoporosi "Aggiungere vita agli anni" il medico di medicina generale, in occasione della vaccinazione antinfluenzale, proporrà agli anziani di bere due fialette di vitamina D. Le fiale dovranno essere assunte una al giorno, preferibilmente dopo colazione, in due giorni consecutivi. La somministrazione di vitamina D3 alle dosi consigliate è assolutamente sicura, non presenta alcuna controindicazione, né effetti collaterali anche in soggetti affetti da patologie alla cui base c'è ipercalcemia, iperparatiroidismo primitivo, sarcoidosi. Il trattamento con Vitamina D non favorisce la comparsa di calcificazioni arteriose anzi sembra diminuire il rischio arteriosclerotico. La vitamina D non aumenta il rischio di calcolosi renale, lo diminuisce. La concentrazione ematica della vitamina D non raggiunge mai, con la somministrazione di 300.000 UI per due giorni consecutivi, valori tali da indurre intossicazione. Non necessariamente la somministrazione di vitamina D deve essere associata alla somministrazione del calcio.
La fornitura, che per il cittadino è gratuita, costa alla Regione 140 mila euro per 300.000 fiale. L'effetto benefico di questa vitamina contro l'incalzare della fragilità ossea è ben presente alla scienza medica: la somministrazione adeguata di vitamina D riduce del 22% l'incidenza di fratture (Studio BMJ del 2003).
Le dimensioni del fenomeno. Lo studio Seneca pubblicato su Lancet nel 1995 rivela che il 92% degli anziani sani in Italia è affetto da ipovitaminosi D severa. Si calcola che una donna ogni 2 e un uomo ogni 8 sopra i 50 anni avrà una frattura da fragilità ossea nel resto della sua esistenza. Le conseguenze legate alle fratture del femore: la mortalità è del 15-25%, la disabilità motoria colpisce più della metà dei pazienti, il 20% perde completamente la possibilità di camminare indipendentemente, solo il 30-40% riprende piena autonomia nelle attività quotidiane. In Toscana nel 2001 sono stati dimessi dall'ospedale per frattura al collo del femore oltre 5600 cittadini ultra 70enni. L'assunzione di vitamina D è particolarmente importante nei mesi invernali, quando i rischi della ipovitaminosi sono più alti, considerati i problemi di alimentazione e di esposizione al sole legati alla stagione. Gli esperti calcolano che nei prossimi 50 anni il numero delle persone affette da osteoporosi sarà il doppio dell'attuale, a causa del progressivo invecchiamento della popolazione e di altri fattori negativi come la scarsa attività fisica, l'ecceso di proteine nella dieta, il fumo di sigaretta e l'abuso di alcol.

Fonte: Regione Toscana

<ahref="http://www.pillole.org/public/phpBB2/viewtopic.php?t=23"> discussione su agorà medica - il progetto per esteso

Bibliografia

1) BMJ 2003;326:469
2) Lancet 1995; 346:207–210