Supplementi di vitamina D riducono mortalità totale

Data 26 maggio 2008
Categoria scienze_varie

Secondo una meta-analisi supplementi di vitamina D potrebbero essere associati ad una riduzione della mortalità totale.

In questa meta-analisi di RCT sono stati selezionati 18 studi per un totale di oltre 57.000 pazienti. Lo scopo era di valutare se la somministarzione di supplementi di vitamina D (ergocalciferolo o vitamina D2 e colecalciferolo o vitamina D3) siano in grado di influenzare lo stato di salute. Durante un follow-up medio di 5,7 anni si registrarono 4.777 decessi, mentre le dosi di vitamina D somministrate erano comprese tra 300 e 2.000 UI. In molti degli studi la dose di vitamina D era compresa tra 400 e 833 UI, simile quindi alle dosi comunemente usate nella pratica clinica.
Il rischio di mortalità totale risultò ridotto dalla assunzione di vitamina D (RR 0,93; IC95% 0,87-0,99) e non si ritrovò eterogeneità tra i trials. L'aggiunta di supplementi di calcio non portava a variazioni nei risultati ritrovati.
Gli autori concludono che l'assunzione di dosi ordinarie di vitamina D sembra associata ad una riduzione della mortalità totale, tuttavia rmangono da studiare diversi aspetti, soprattutto la relazione tra mortalità, stato basale di vitamina D e dosi di vitamina D da somministrare. Per confermare questi risultati si dovrebbero organizzare trials clinici contro placebo con mortalità totale come end-point primario.

Fonte:

Autier P et al. Vitamin D Supplementation and Total Mortality. A Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. Arch Intern Med. 2007 Sept 10;167:1730-1737.

Commento di Renato Rossi

Studi osservazionali precedenti avevano messo in relazione una bassa concentrazione ematica di vitamina D con alcune situazioni morbose potenzialmente pericolose per la vita come le neoplasia, le malattie cardiovascolari e il diabete. La meta-analisi recensita in questa pillola suggerisce, in effetti, che la somministrazione di supplementi di vitamina D potrebbe essere associata ad una riduzione della mortalità totale, anche se gli stessi autori ammettono che il meccanismo d'azione con cui potrebbe esplicarsi tale effetto non è noto e che, comunque, questi dati richiedono conferma da parte di studi randomizzati e controllati versus placebo ad hoc disegnati. Peraltro l'effetto non sembra molto eclatante se si considera che l'estremità destra dell'intervallo di confidenza sfiora l'unità.
Secondo gli autori una possibile spiegazione potrebbe risiedere nella attivazione dei recettori per la vitamina D, con conseguente inibizione della proliferazione cellulare e da cui potrebbe derivare una riduzione della aggressività dei processi neoplastici e ateromasici.
Qualunque sia il meccanismo d'azione non si può comunque che concordare con un ediorialista che, commentando la meta-analisi sottolinea la mancata capacità di questo studio di determinare le specifiche cause dei decessi e richiama alla necessità sia di ulteriori studi per determinare chiaramente i benefici della vitamina D e le dosi ottimali da usare sia del trattamento del deficit di vitamina D.

Referenze

1. Giovannucci E. Can Vitamin D Reduce Total Mortality? Arch Intern Med. 2007 Sept 10;167:1709-1710.