

Da ricordare...

- ◆ Chiedere sempre il parere del medico prima di assumere integratori di vitamina D
- ◆ La vitamina D non sostituisce le attuali terapie ma è una eventuale integrazione

Per approfondire:

Sintzel et al, Vitamin D and Multiple Sclerosis: A Comprehensive Review, *Neurol Ther* 2017, doi: 10.1007/s40120-017-0086-4

Shoemaker & Mowry, A review of vitamin D supplementation as disease-modifying therapy, *Multiple Sclerosis Journal* 2018, 24:6-11

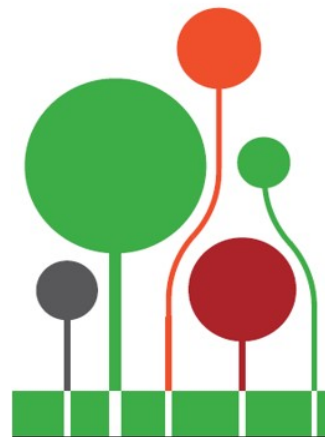
Ascherio et al, Vitamin D and multiple Sclerosis, *Lancet Neurol* 2010; 9:599-612

A cura di:

Maria Cristina Gauzzi¹
Laura Fantuzzi¹
Cristina Purificato¹
Roberta Pozzi²
Alessandro Polichetti²

Istituto Superiore di Sanità

- 1) Centro Nazionale Salute Globale
- 2) Centro Nazionale Protezione dalle Radiazioni e Fisica Computazionale



Vitamina D e Sclerosi Multipla

“Evidenze e
Questioni
Aperte”





Vitamina D e Prevenzione della SM

Una vasta letteratura scientifica ha dimostrato che livelli insufficienti di vitamina D sono associati a un alto rischio di SM e a un decorso più grave della malattia.

Vitamina D e rischio di SM

- ⇒ L'ipotesi che la carenza di vitamina D possa essere un fattore di rischio per la SM è nata per spiegare l'osservazione che la prevalenza della malattia aumenta alle latitudini maggiori. All'aumentare della latitudine infatti diminuisce l'intensità della radiazione UV solare, fonte principale di vitamina D per l'organismo.
- A sostegno dell'ipotesi, in alcuni paesi del nord Europa in cui la dieta è tradizionalmente ricca di pesci grassi (uno dei cibi più ricchi di vitamina D) la prevalenza è invece bassa.
- ⇒ Esiste una relazione inversa tra livelli di vitamina D nel sangue e rischio di SM: uno degli studi più importanti che lo dimostra è stato effettuato su una coorte di circa 7 milioni di militari USA. Bassi livelli di 25OHD nel sangue delle giovani reclute si sono rivelati

predittivi di un maggiore rischio di sviluppare la SM negli anni successivi.

- ⇒ Esistono varianti dei geni legati alla vitamina D (enzimi, recettore e proteina di trasporto) che causano una predisposizione ad avere livelli più bassi di vitamina D. Queste stesse varianti sono associate a maggiore rischio di SM.

Vitamina D e decorso della SM

- ⇒ I livelli di vitamina D nel sangue al momento del primo episodio clinico si sono rivelati predittivi del rischio di conversione a SM e della gravità della malattia.
- ⇒ In uno studio effettuato su un'ampia popolazione di persone con SM, si è osservato che coloro che avevano livelli di 25OHD ≥ 40 ng/ml all'inizio dello studio, nei due anni successivi hanno avuto il più basso tasso di nuove lesioni (visibili con la risonanza magnetica). Questo suggerisce che livelli considerati sufficienti per la popolazione generale potrebbero essere in realtà subottimali nelle persone con SM.

Le evidenze disponibili indicano che la correzione della carenza di vitamina D può contribuire alla prevenzione della SM

Vitamina D e Terapia della SM

Una domanda fondamentale è se l'integrazione con vitamina D migliora il decorso della malattia.

Le evidenze scientifiche al momento disponibili purtroppo non permettono di rispondere con certezza. Gli studi clinici finora completati hanno dato risultati contrastanti, ma sono per la maggior parte piccoli studi, non controllati ed in cui sono state utilizzate dosi molto variabili di vitamina D. Diversi studi clinici più controllati e con un maggior numero di pazienti, sono attualmente in corso in Europa e negli Stati Uniti e contribuiranno a rispondere a questa domanda nel prossimo futuro.

La definizione della dose ottimale, dell'eventuale finestra temporale di efficacia e del meccanismo di azione della vitamina D nella SM sono le attuali priorità della ricerca in questo campo.

