



WEBER SHANDWICK

Ritaglio Stampa

Testata: Il Secolo XIX

Città: Liguria

Data: 21 Dicembre 2011

Diffusione: 94.823 Lettori: 528.000

Soggetto: XLVIII Congresso Nazionale di Reumatologia

IL SECOLO XIX

CASELLA DELLA SANITÀ

di **FEDERICO MERETA** - salute@ilsecoloxix.it

LA VITAMINA D PER L'ARTRITE

Vorrei avere informazioni sul ruolo della vitamina D e di una sua carenza nella comparsa e nell'aggravamento dei problemi legati all'artrite reumatoide. Ha significato un'integrazione vitaminica?

LETTERA FIRMATA e-mail

Secondo quanto emerso al Congresso della Società Italiana di Reumatologia pare proprio di sì. La Vitamina D svolge un ruolo importantissimo per la salute delle ossa poiché concorre all'assorbimento del calcio. In caso di carenza, si assorbe meno calcio e aumenta il rischio di incorrere in alcune malattie delle ossa, prima fra tutte l'osteoporosi. Inoltre, recenti studi hanno enfatizzato la possibile correlazione tra

deficit di Vitamina D e varie patologie autoimmuni, tra cui l'Artrite Reumatoide. L'assorbimento del calcio, infatti, è condizionato dai livelli di Vitamina D, i cui maggiori determinanti sono rappresentati dall'Indice di Massa Corporea (Bmi), dall'esposizione solare (che in età matura deve essere di almeno 40 minuti al giorno), dall'età della persona e dalla quantità di Vitamina D assunta con la corretta alimentazione. Nonostante da questo punto di vista l'Italia abbia una posizione geografica favorevole rispetto ad altri Paesi Europei, si rileva una prevalenza di insufficienza di Vitamina D superiore alla media europea, se si considerano i Paesi alla stessa latitudine. Si è inoltre osservato che in soggetti con valori di Bmi superiore a 30, riscontrabili nelle

persone obese, i livelli di Vitamina D sono notevolmente ridotti. Nei pazienti con artrite reumatoide, infatti, oltre agli elementi di analisi usuali, è necessario considerare il livello di attività della malattia e il grado di disabilità, che può ad esempio impedire al paziente di esporsi al sole facendo passeggiate al parco. Laddove ritenuto opportuno, sempre secondo gli esperti, è possibile intervenire con una supplementazione di Vitamina D attraverso integratori vitaminici, ponendo particolare attenzione per alcune categorie di persone considerate più a rischio, tra cui i pazienti in terapia con derivati del cortisone, che assumono farmaci che riducono la mineralizzazione ossea e le persone anziane, che producono poca Vitamina D per una ridotta esposizione ai raggi del sole.

