La vitamina D è più importante del calcio per il metabolismo osseo

Data 13 novembre 2005
Categoria reumatologia

Adeguati livelli di vitamina D rendono sufficienti 800 mg/die di calcio per mantenere nel range i livelli di paratormone.

Sono stati considerati 2310 adulti islandesi sani, stratificati in 3 gruppi in base all'età (30-45 anni, 50-65 anni, o 70-85 anni), che sono stati seguiti dal 2001 al gennaio 2003. Mediante dei questionari sono stati valutati l'apporto di calcio e vitamina D. I partecipanti sono stati ulteriormente suddivisi in gruppi in base all'introito di calcio (<800 mg/die, 800-1200 mg/die, e >1200 mg/die) ed ai livelli sierici della 25-idrossivitamina D (<10 ng/mL, 10-18 ng/mL, and >18 ng/mL).
Sono stati 944 i partecipanti che hanno completato tutte le parti dello studio. Dopo aver corretto per i fattori confondenti, il paratormone sierico (PTH) era più basso nel gruppo in cui i livelli di 25-idrossivitamina D erano superiori a 18 ng/mL e più elevato nel gruppo con livelli di 25-idrossivitamina D inferiori a 10 ng/mL. Nel gruppo con bassi livelli di 25-idrossivitamina D l'introito calcico inferiore a 800 mg/die risultava significativamente associato con livelli più elevati di PTH (P = .04) rispetto al gruppo con introito calcico superiore a 1200 mg/die. Nel gruppo con alto introito calcico (>1200 mg/die), esisteva una differenza significativa tra il gruppo con livelli bassi di 25-idrossivitamina D e quello con livelli elevati della vitamina (P = .04).
Gli Autori interpretano questi risultati con cautela, ricordando che lo studio era cross-sezionale, tuttavia puntualizzano che, in base ai dati, se i livelli di vitamina D vengono mantenuti a livelli adeguati, anche 800 mg/die di calcio sono sufficenti a mantenere sotto controllo i livelli del PTH, mentre se i livelli sierici di vitamina D sono bassi anche alti introiti di calcio sono insufficienti a mantenere nel range ottimale i livelli sierici del paratormone.

Fonte: JAMA. 2005;294:2336-2341

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 2/11/2026 alle ore 14:18 | Pagina 1 di 1