

LINEE GUIDA

Le indicazioni della Endo Society sull'integrazione di vitamina D

Le nuove linee guida della Endocrine Society chiedono di limitare l'integrazione di vitamina D oltre l'assunzione giornaliera raccomandata a specifici gruppi a rischio e sconsigliano il test di routine della 25-idrossivitamina D [25 (OH) D] in individui sani. Il documento basato sull'evidenza è stato presentato a giugno 2024 al meeting annuale della Endocrine Society e contemporaneamente pubblicato sul *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*.

Secondo il documento, le persone che possono trarre beneficio dall'integrazione di vitamina D includono:

1. bambini di età compresa tra 1 e 18 anni per prevenire il rachitismo e ridurre potenzialmente il rischio di infezioni del tratto respiratorio;
2. donne in gravidanza per ridurre il rischio di complicanze materne e fetali o neonatali;
3. adulti di età superiore ai 75 anni per ridurre il rischio di mortalità;
4. adulti con prediabete per ridurre il rischio di diabete di tipo 2.

In questi gruppi, la raccomandazione è per un'integrazione empirica giornaliera (piuttosto che intermittente) di vitamina D superiore a quella raccomandata nel 2011 dalla National Academy of Medicine (Nam) di 600 UI/die per quelli di età compresa tra 1 e 70 anni e 800 UI/die per quelli di età superiore ai 70

anni. Il documento riconosce che la dose ottimale per queste popolazioni non è nota, ma fornisce gli intervalli di dosaggio che sono stati utilizzati negli studi citati come prove per le raccomandazioni.

Al contrario, il documento sconsiglia una quantità di vitamina D superiore alla dose giornaliera raccomandata per la maggior parte degli adulti più sani di età inferiore ai 75 anni e sconsiglia di testare i livelli di vitamina D nel sangue nella popolazione generale, compresi quelli con obesità o carnagione più scura.

L'autore della linea guida Anastasios G. Pittas, della Tufts University School of Medicine di Boston, ha dichiarato che "questa linea guida si riferisce a persone che sono altrimenti sane e non c'è una chiara indicazione per la vitamina D, come le persone con osteoporosi già accertata. Questa linea guida non è rilevante per loro".

Il presidente del panel Marie B. Demay, della Harvard Medical School, ha dichiarato che in effetti il panel è stato limitato dalla mancanza di prove di studi clinici randomizzati per rispondere a molte domande importanti. "C'è una scarsità di dati per quanto riguarda la definizione dei livelli ottimali e l'assunzione ottimale di vitamina D per la prevenzione di malattie spe-

cifiche... Ciò di cui abbiamo davvero bisogno sono studi clinici su larga scala e biomarcatori in modo da poter prevedere l'esito della malattia prima che accada".

Simeon I. Taylor, dell'Università del Maryland, Baltimora, ha espresso delusione per il fatto che il documento fosse limitato alle persone sane. "Pur riconoscendo le sfide nella gestione dello stato della vitamina D nei pazienti con diverse malattie, come la malattia renale cronica o la malattia infiammatoria intestinale, le nuove linee guida non forniscono una guida sufficiente per i medici praticanti su come gestire questi pazienti complessi". Inoltre, Taylor ha affermato che le linee guida "non considerano esplicitamente la letteratura che suggerisce che strategie di test alternative possono fornire informazioni più rilevanti sullo stato della vitamina D. Proprio come la variazione dei livelli di globulina legante la tiroide ha convinto gli endocrinologi a non fare affidamento sulla misurazione della tiroxina totale, la variazione interindividuale dei livelli di proteina legante la vitamina D deve essere presa in considerazione per interpretare le misurazioni dei livelli totali di 25(OH)D. Sarebbe stato utile considerare esplicitamente il possibile valore della misurazione degli indici di vitamina D indipendenti dalle proteine leganti la vitamina D".

- Demay MB, et al. *Vitamin D for the Prevention of Disease: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline. J Clin Endocrinol Metab* 2024. <https://doi.org/10.1210/clinem/dgae290>