

**In breve**



## Perché gli infarti aumentano in inverno?

► Ho la pressione alta e i miei valori del colesterolo sono aumentati, per questo da qualche anno mi sottopongo a tutti i controlli specifici per valutare la salute del cuore (Ecg, angiografia...). La scorsa settimana, però, il medico mi ha prescritto l'esame della vitamina D. Per quale motivo?

MASSIMO, CASERTA



risponde  
**Giancarloarenzi**,  
responsabile della Terapia  
intensiva cardiologica  
del **Monzino** (Milano)

Secondo gli ultimi studi del Centro cardiologico **Monzino**, condotti su 814 pazienti ricoverati con infarto miocardico, non solo la carenza di vitamina D è associata a un aumentato rischio di infarto e insufficienza cardiaca acuta, ma peggiora anche gli esiti e le conseguenze di tali situazioni. La vitamina D, che l'organismo ricava dal cibo o produce attraverso la pelle esposta al sole, è nota per avere un ruolo essenziale nella salute delle ossa, ma sta diventando sempre più evidente anche la sua relazione con alcune forme di tumori, malattie infettive, autoimmuni e, non ultimo, cardiovascolari. Gli infarti, ad esempio, sono più frequenti nei mesi invernali che nei mesi estivi, e la loro incidenza nella popolazione aumenta via via che dall'equatore si sale verso il polo. Oltre alla latitudine e alla stagionalità, ci sono altri fattori che influenzano la quantità di vitamina D nel sangue, come l'esposizione al sole, il colore della pelle (i fenotipi scuri ne hanno meno), l'albumina presente nel sangue. Alle nostre latitudini, ad esempio, il deficit di vitamina D è molto diffuso. Al di là di abitudini di vita e alimentari sane, questa vitamina va integrata però solo in presenza di una mancanza accertata, attraverso un esame del sangue, e sotto il controllo medico.

