

Malattie cardiovascolari e carenza di vitamina d



Una carenza di vitamina d è associata a un aumento delle malattie cardiovascolari quali infarto e insufficienza cardiaca acuta. Sebbene in Italia il sole non manca sono molte le persone con una carenza di questo micronutriente; si stima che circa il 70% della popolazione presenti un deficit di vitamina d.

Tale vitamina non è importante solo per le ossa, diversi studi hanno infatti dimostrato la sua utilità per la salute di tutto l'organismo. Una ricerca condotta presso il Centro Cardiologico **Monzino** ha evidenziato come un buon apporto di vitamina d, raggiungibile in parte con la dieta ma soprattutto con l'esposizione al sole, sia utile nella prevenzione delle malattie cardiovascolari. Bassi livelli della vitamina non influiscono poi solo sull'incidenza di determinate malattie a carico dell'apparato cardiocircolatorio ma anche sugli esiti e le conseguenze. I risultati dello studio prospettico sono stati pubblicati sulla rivista *Medicine*.

Giancarlo Marenzi, coordinatore dello studio e responsabile dell'Unità di Terapia Intensiva Cardiologica del **Monzino**, spiega che i risultati dello studio prospettico, condotto su 814 pazienti ricoverati con infarto miocardico, dimostrano che un deficit di vitamina d non solo aumenta il rischio delle patologie a carico dell'apparato cardiovascolare ma ne peggiora anche gli esiti e le conseguenze. Analizzando i livelli plasmatici della vitamina d è emerso

che circa l'80% dei pazienti colpiti da infarto avevano dei parametri molto bassi di 25-idrossivitamina (25[OH] D), la principale forma circolante di vitamina d nel sangue, alcuni presentavano un deficit parziale mentre altri un deficit totale. Si è inoltre scoperto che le persone con i livelli più bassi hanno, a un anno dal ricovero, una progressione maggiore della malattia nel tempo, un rischio maggiore di mortalità e un incremento delle complicanze cliniche intra-ospedaliere.

Fra le complicanze cliniche intra-ospedaliere si è rilevato che i pazienti con i livelli più bassi di vitamina d avevano un rischio molto più alto di sanguinamento con necessità di trasfusione, un'evidenza che ha un rilevante impatto negativo sulla prognosi.

Giancarlo Marenzi evidenzia che in diversi casi si è osservato che gli infarti sono più frequenti nei mesi invernali e l'incidenza aumenta man mano che dall'equatore si sale verso il polo, dei fattori che hanno portato a ipotizzare un coinvolgimento della vitamina d.

Il prossimo passo sarà quello di valutare in che misura una supplementazione farmacologica di vitamina d, in pazienti ad alto rischio di Sindromi Coronariche Acute (SCA) con grave carenza di vitamina d, può migliorarne la prognosi. Bisognerà inoltre condurre ulteriori indagini per capire se bassi livelli di vitamina d rappresentano un indicatore o un fattore di rischio per la SCA.