

INTERPELLANZA

Vitamina D nelle case anziani e per la popolazione anziana; carenze riscontrate e raccomandazioni per gli anziani e per la popolazione in generale

del 15 gennaio 2021

In Svizzera, la carenza di vitamina D è molto frequente: dai dati ufficiali risulta che in Svizzera circa il 60% della popolazione (ca. l'80% degli anziani) è carente di vitamina D durante i mesi invernali; più a rischio di carenza sono le persone con malattie croniche, gli obesi, i pazienti oncologici, epilettici, i diabetici, le persone di colore e le donne in gravidanza (1-4).

Secondo gli studi citati, le persone carenti di vitamina D hanno un rischio 2-3x più alto di mortalità (5), ma se è presente il diabete, il rischio addirittura quadruplica (4,4x) (6).

Anche uno studio tedesco ha confermato che il rischio di morire di un'infezione alle vie respiratorie è circa 2-3x più alto se il paziente è carente di vitamina D (7).

Chiedo quindi al Consiglio di Stato

1. È vero che molte persone del gruppo più a rischio Covid-19, soprattutto di sesso maschile, non assumono la vitamina D e non conoscono le raccomandazioni della Commissione Federale per la Nutrizione (CFN) risalenti al 2012, le quali prevedono l'assunzione di 800 IE al giorno per tutto l'anno alle persone con 60+ anni e consigliano un livello minimo nel sangue di 75 nmol/l (8-11)?

In base ai dati del rapporto sull'alimentazione 2012 in Svizzera, le persone assumono tramite il cibo mediamente solo 80 IE di vitamina D3 al giorno (12).

2. Intende far in modo che si consigli alla popolazione, in particolare ai residenti nelle case anziani e agli anziani a domicilio, l'integrazione di vitamina D sulla base delle raccomandazioni formulate dalla Commissione federale per la nutrizione del 2012?

Secondo gli studi più recenti (13-14), per ridurre il rischio di infezioni delle vie respiratorie, questa somministrazione dovrebbe essere giornaliera (min. 800 IE) o settimanale (min. 5600 IE). Queste raccomandazioni valgono per tutti.

Raoul Ghisletta

Riferimenti scientifici

In Svizzera circa un 60% della popolazione è carente di vitamina D durante i mesi invernali

1) *Swiss Med Wkly.* 2012;142:w13719

2) **Oncologia:** *Swiss Med Wkly.* 2018;148:w14576

3) **Anziani:** SakemB, NockC, StangaZ, MedinaP, NydeggerUE, RischM, et al. Serum concentrations of 25-hydroxyvitamin D and immunoglobulins in an older Swiss cohort: results of the Senior Labor Study. *BMC Med.* 2013; 11(1):176. doi:<http://dx.doi.org/10.1186/1741-7015-11176>. PubMed.

Carenza di vitamina D in gravidanza:

4) Christoph P, Challande P, Raio L, Surbek D. High prevalence of severe vitamin D deficiency during the first trimester in pregnant women in Switzerland and its potential contributions to adverse outcomes in the pregnancy. *Swiss Med Wkly.* 2020;150: w20238. Published 2020 May 28. doi:10.4414/smw.2020.20238

Mortalità e vitamina D

5) Chowdhury, R., Kunutsor, S., Vitezova, A., Oliver-Williams, C., Chowdhury, S., Kiefe-de-Jong, J. C., Franco, O. H. (2014, April 01). **Vitamin D and risk of cause specific death: Systematic review and meta-analysis of observational cohort and randomised intervention studies.** *BMJ* 2014; 348: g1903 Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3972416/>

6) New study reveals a **strong link between vitamin D deficiency and increased mortality, especially diabetes-related deaths** https://www.eurekalert.org/pub_releases/2019-09/d-nsr091819.php

7) Brenner H, Hollecsek B, Schöttker B. **Vitamin D Insufficiency and Deficiency and Mortality from Respiratory Diseases in a Cohort of Older Adults: Potential for Limiting the Death Toll during and beyond the COVID-19 Pandemic?** *Nutrients.* 2020;12(8):2488. Published 2020 Aug 18. doi:10.3390/nu12082488

8) Informazioni tecniche vitamina D

<https://www.blv.admin.ch/dam/blv/it/dokumente/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/fachinformation-vitamin-d.pdf.download.pdf/informazioni-tecniche-vitamina-d.pdf>

9) Raccomandazioni vitamina D

<https://www.blv.admin.ch/dam/blv/it/dokumente/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/empfehlungen-vitamin-d.pdf.download.pdf/raccomandazioni-vitamina-d.pdf>

10) Parere CFN sullo studio Bolland et al. del 2018

https://www.blv.admin.ch/dam/blv/it/dokumente/das-blv/organisation/kommissionen/eek/vitamin-d-mangel/stellungnahme-eek-studie-bolland.pdf.download.pdf/Stellungnahme_EEK_zur_Studie_Bolland_et_al_von_2018_IT.pdf

11) Rapporto EEK/CFN:

Federal Commission for Nutrition. Vitamin D deficiency: Evidence, safety, and recommendations for the Swiss Population. Expert report of the FCN. Zurich: Federal Office for Public Health, 2012.

<https://www.blv.admin.ch/blv/de/home/das-blv/organisation/kommissionen/eek/vitamin-d-mangel.html>

12) Sesto Rapporto sull'alimentazione in Svizzera, 2012

<https://www.blv.admin.ch/blv/it/home/lebensmittel-und-ernaehrung/publikationen-und-forschung/statistik-und-berichte-ernaehrung.html>

13) Martineau AR, Jolliffe DA, Hooper RL, et al. **Vitamin D supplementation to prevent acute respiratory tract infections: systematic review and meta-analysis of individual participant data.** *BMJ.* 2017;356:i6583. Published 2017 Feb 15. doi:10.1136/bmj.i6583

14) Hollis BW, Wagner CL. Clinical review: The role of the parent compound vitamin D with respect to metabolism and function: Why clinical dose intervals can affect clinical outcomes. *J Clin Endocrinol Metab.* 2013 Dec;98(12):4619-28. doi: 10.1210/jc.2013-2653. Epub 2013 Oct 8. PMID: 24106283; PMCID: PMC3849670.