

Supplementazione di vitamina D: le nuove raccomandazioni dell'*Endocrine Society*

INTRODUZIONE

Nei **pazienti con diabete e con prediabete**, la carenza di vitamina D rappresenta un aspetto di crescente interesse clinico. Le nuove linee guida promuovono una supplementazione mirata nei soggetti a rischio, evidenziando i benefici extra-scheletrici e l'efficacia del colecalciferolo somministrato quotidianamente.

1

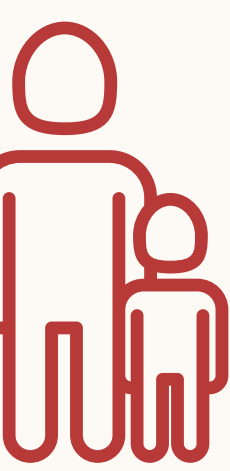
Quali sono le principali novità?

- ✓ **Eliminazione delle soglie rigide di sufficienza/deficit**
L'unico valore da considerare è <20 ng/mL, indicativo di una carenza grave.
- ✓ **Scoraggiamento del dosaggio routinario**
In assenza di condizioni patologiche specifiche, non è più raccomandato di routine.
- ✓ **Approccio alla supplementazione più mirato**
L'uso empirico della vitamina D è consigliato solo in gruppi specifici con comprovati benefici clinici.



Supplementazione empirica: per quali gruppi è consigliata?

- ✓ **Bambini e adolescenti (1-18 anni)**: prevenzione del rachitismo e riduzione del rischio di infezioni respiratorie.
- ✓ **Anziani (≥ 75 anni)**: possibile riduzione della mortalità per tutte le cause.
- ✓ **Donne in gravidanza**: minore rischio di pre-eclampsia, parto pretermine e miglior crescita fetale.
- ✓ **Soggetti con prediabete**: possibile prevenzione della progressione verso il diabete di tipo 2.



2

Dosaggio sistematico della 25(OH)D: perché non è indicato nella popolazione generale?

- ✓ **Non ci sono soglie cliniche definite**: solo il valore <20 ng/mL viene considerato per carenze gravi.
- ✓ **Impatto economico**: test diffusi su larga scala generano costi inutili senza reali vantaggi clinici.
- ✓ **Non cambia l'approccio terapeutico**: nei soggetti sani, la supplementazione empirica è sufficiente senza bisogno di monitoraggio.

3



Quali sono gli effetti extra-scheletrici della vitamina D?

- ✓ **Riduzione della mortalità per cancro.**
- ✓ **Miglioramento della funzione immunitaria e riduzione delle infezioni respiratorie.**
- ✓ **Possibile effetto protettivo cardiovascolare.**
- ✓ **Rallentamento della progressione del prediabete verso il diabete tipo 2.**



4

Perché è preferita la somministrazione giornaliera di colecalciferolo (vitamina D3)?

- ✓ **Migliore stabilità dei livelli sierici**, rispetto a dosi intermittenti.
- ✓ **Maggior efficacia clinica**, soprattutto negli effetti immunomodulatori.
- ✓ **Minore rischio di effetti collaterali**, rispetto ai regimi basati sui boli o non quotidiani.

5



PER APPROFONDIMENTI

[Supplementazione di vitamina D: le nuove raccomandazioni dell'*Endocrine Society*](#)

[Sintesi delle nuove raccomandazioni 2024 dell'*Endocrine Society*: supplementazione vitaminica D per la prevenzione primaria](#)

**PACINI
EDITORE
MEDICINA**