

Vitamina D 25 OH: nuovi valori di riferimento adottati dal LUM

A cura di: **Annalisa Zacchini, Rita Mancini**

Il dosaggio della **vitamina D**, a fronte di numerose e stimolanti ipotesi sul ruolo che potrebbe avere nella funzione muscolare e nella regolazione del sistema immunitario (per citarne solo qualcuno), oltre all'assorbimento intestinale del calcio e nella fisiologia del tessuto osseo ormai ben noti, viene sempre più richiesto anche in laboratori clinici periferici.

Tuttavia i dati a sostegno di un impiego esteso della vitamina D nella pratica clinica sono ancora pochi e gli esiti degli studi randomizzati sono contrastanti e tendenzialmente insoddisfacenti.

Esistono inoltre importanti fattori di confusione: tra essi la diversità tra le unità di misura adottate e soprattutto divergenze sulla definizione dei livelli di normalità e sulle conseguenti indicazioni alla terapia sostitutiva.

Per i parametri di laboratorio come la Vitamina D per la definizione dei livelli di normalità viene utilizzato un criterio legato alle presunte funzioni fisiologiche del parametro misurato, attribuendo il giudizio di normalità all'intervallo di valori in grado di mantenere questa funzione fisiologica (nel caso specifico: l'assorbimento del calcio).

L' **Endocrine Society** ha prodotto una Linea Guida , che attualmente è la più seguita anche in Italia, in cui si conferma la definizione di carenza per valori di 25OHD <20 ng/ml, ma introduce il concetto di "insufficienza" per livelli compresi tra 20 e 30 ng/ml, spostando il limite di normalità tra 30 e 100 ng/ml, i valori oltre 100 ng/ml sono stati definiti come "tossici".

Gli esperti **dell'Institute of Medicine (IOM)** a seguito di una revisione sistematica, hanno riscontrato già a livelli di 16 ng/ml di 25OHD uno stato vitaminico adeguato (sufficienza) per almeno la metà della popolazione, ed hanno stabilito in **20 ng/ml** il limite oltre il quale viene garantito l'assorbimento ottimale di calcio dall'intestino e il controllo dei livelli di paratormone nella quasi totalità del campione studiato.

Viene esplicitamente dichiarato che **livelli superiori a 20 ng/ml di Vit.D non conferiscono vantaggi clinici apprezzabili.**

cut off	IERI	OGGI	cut off
> 100	possibile tossicità	possibile tossicità	> 100
30-100	normalità	normalità	20-100
20-30	insufficienza		
< 20	carenza	insufficienza	< 20

La differenza tra i due documenti è apparentemente esigua, ma ha ricadute pratiche sui numeri delle persone da trattare, sono enormi. Secondo le linee guida più diffuse, con i vecchi livelli, quasi il **90%** della popolazione presenterebbe livelli di vitamina D tali da iniziare un **trattamento**

sostitutivo, posto che sia da considerare anomalo un dato rilevabile nella grande maggioranza della popolazione.

L'innalzamento del limite a 30 ng/ml, proposto da varie Società Scientifiche che definiscono "insufficienti" i livelli tra 20 e 30 ng/ml, appare contestabile in quanto basato su pochissimi studi non clinici e sul presupposto che, essendo la vitamina D innocua, è possibile eccedere senza rischi.

Chi vede refertata la propria vit. D come insufficiente si sente trascurato se non viene prescritta una terapia. La correzione di un dato definito anomalo presuppone la dimostrazione di un legame solido con un evento o un processo patologico e la possibilità di incidere sul suo decorso. Senza queste basi esiste il rischio di prescrivere cure inutili anche per lunghi periodi.

Nonostante la sua enorme diffusione il dosaggio della vitamina D dovrebbe essere riservato a soggetti a rischio e/o sintomatici (iperparatiroidismo, dolori neuromuscolari, astenia profonda senza apparente motivo). I risultati di studi recenti di buona qualità mostrano che il trattamento della cosiddetta "insufficienza" non induce benefici sulla densità minerale ossea e sui test di funzionamento neuromuscolare.

Il dosaggio della 25 OHD è stato considerato anche come possibile test di screening, ma non esistono studi che abbiano valutato in modo appropriato l'efficacia di uno screening nella popolazione generale, inoltre il dosaggio della vitamina D su persone non a rischio non dovrebbe essere eseguito.

Il **Laboratorio Unico Metropolitano (LUM)** alla luce di quanto indicato nell'articolo "Pacchetti Informativi sui Farmaci", dal giorno 10 maggio 2017 ha modificato i valori di riferimento della **Vitamina D 25 OH** come sotto indicato:

>100 ng/ml	Possibile tossicità
20-100 ng/ml	Sufficienza
<20 ng/ml	Insufficienza

BIBLIOGRAFIA



VITAMINA D NELLA PRATICA CLINICA

- Maestri E, Giroladini R, Magnano L, Pasi E, Marata AM, Pacchetti Informativi sui Farmaci 2016;1:1-8
- Ross AC, Taylor CL, Yaktine AL et al. Editors; IOM (Institute of Medicine). 2011. Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D. Washington, DC: The National Academies Press.