

CONCENTRAZIONI SIERICHE DI VITAMINA D, APPORTO DI CALCIO E RISCHIO DI DIABETE DI TIPO 2

Gagnon C, Lu ZX, Magliano DJ, Dustan DW, Shaw JE, Zimmet PZ,
Sikaris K, Grantham N, Ebeling PR, Daly RM.

Serum 25-Hydroxyvitamin D, calcium intake, and
risk of type 2 diabetes. After 5 years

Diabetes Care, 2011



KEY MESSAGE

Buoni livelli di vitamina D riducono il rischio di diabete

BACKGROUND

Diversi studi prospettici suggeriscono che il deficit di vitamina D si associa al rischio di sviluppare il diabete di tipo 2, ma la maggior parte di questi studi non ha valutato l'apporto alimentare di calcio che può avere un effetto indipendente o sinergico con la vitamina D nel ridurre il rischio di diabete di tipo 2.

OBIETTIVO DELLO STUDIO

Esaminare la relazione tra la 25-idrossivitamina D [25(OH)D] sierica, l'apporto dietetico di calcio e l'incidenza del diabete di tipo 2.

DISEGNO DELLO STUDIO

Un totale di 5.200 soggetti, non diabetici e partecipanti allo studio "Australian Diabetes, Obesity and Lifestyle" iniziato nel 1999-2000, sono stati richiamati nel 2004-2005 per valutare la tolleranza al glucosio e la sensibilità insulinica.

RISULTATI

Durante i 5 anni di follow-up, solo 199 soggetti su 5.200 (3,8%) hanno sviluppato il diabete di tipo 2; i diabetici presentavano, rispetto ai non diabetici, un'età più avanzata, una circonferenza vita maggiore, erano fumatori, conducevano uno stile di vita sedentario ed avevano una storia familiare di diabete.

I livelli di 25(OH)D, misurati al basale, erano inversamente associati con il rischio di sviluppare il diabete nei 5 anni di follow-up e, precisamente per ogni incremento di 25 nmol/l di 25(OH)D il rischio di diabete era ridotto del 29%, mentre non c'erano interazioni tra concentrazioni sieriche di vitamina D e apporto dietetico di calcio sul rischio di diabete.

Inoltre, c'era una significativa associazione positiva tra livelli basali di 25(OH)D e l'indice di sensibilità insulinica.

CONCLUSIONI

I dati ottenuti da questo studio supportano l'ipotesi che buoni livelli di vitamina D circolante, ma non l'apporto dietetico di calcio, riducono il rischio di sviluppare diabete di tipo 2.