

UN SINGOLO CARICO DI VITAMINA D MIGLIORA LA DISMENORREA PRIMARIA: RISULTATI DI UNO STUDIO RANDOMIZZATO, DOPPIO-CIECO, PLACEBO CONTROLLATO

Lasco A, Catalano A, Benvenega S

Improvement of primary dysmenorrhea caused by a single oral dose of vitamin D: results of a randomized, double-blind, placebo-controlled study

Archives of Internal Medicine, 2012



KEY MESSAGE

La vitamina D riduce il dolore nelle donne affette da dismenorrea primaria

BACKGROUND

La dismenorrea primaria, condizione particolarmente dolorosa durante la fase mestruale, colpisce molte donne in età fertile, con conseguente abuso di FANS e assenza dal lavoro/scuola. La causa di tale patologia è da imputare ad un'eccessiva produzione di prostaglandine, che come si sa, sono ridotte dalla vitamina D, definita antiinfiammatorio naturale (nello specifico il colecalciferolo riduce in vitro i livelli delle citochine proinfiammatorie come IL-6 e il TNF e regola l'espressione dei geni chiave coinvolti nel meccanismo delle prostaglandine, riducendole).

OBIETTIVO DELLO STUDIO

Valutare l'effetto di un singolo carico di colecalciferolo (300.000 UI) sulle donne affette da dismenorrea.

DISEGNO DELLO STUDIO

Hanno partecipato allo studio un totale di 40 donne, di età compresa tra i 18 e i 40 anni, con dismenorrea primaria. Le pazienti incluse nello studio presentavano:

- durata del ciclo mestruale di 21-35 giorni e durata delle mestruazioni di 3-7 giorni
- almeno 4 cicli dolorosi in 6 mesi
- livelli di 25(OH)D < 45 ng/ml



Le pazienti, che dovevano trovarsi in un buono stato di salute e non dovevano assumere calcio, vitamina D e contraccettivi orali, sono state suddivise in 2 gruppi:

- 20 donne hanno ricevuto una singola dose orale di colecalciferolo (300.000 UI) 5 giorni prima del presunto inizio del ciclo mestruale
- 20 donne hanno ricevuto placebo

I due gruppi non hanno presentato differenze significative per età, indice di massa corporea, severità del dolore e livelli basali di 25(OH)D.

Le donne, tenute in osservazione per due mesi, hanno riferito l'intensità del dolore (scala VAS) e l'uso di FANS.

RISULTATI

Durante i due mesi di studio, è stata osservata una significativa riduzione del dolore nel gruppo ricevente vitamina D rispetto al gruppo placebo; la riduzione più grande del dolore è stata osservata nelle donne che presentavano al basale una severità maggiore del dolore. Nessuna donna appartenente al gruppo vitamina D ha fatto uso di FANS diversamente dal 40% delle donne appartenenti al gruppo placebo.

CONCLUSIONI

I dati ottenuti in questo studio supportano la supplementazione della vitamina D nella donne con dismenorrea primaria poiché riduce il dolore e limita l'uso di FANS.