

EFFETTO DELLA SUPPLEMENTAZIONE DI VITAMINA D₃ SULLE INFEZIONI DEL TRATTO RESPIRATORIO SUPERIORE IN ADULTI SANI

Murdoch DR, Slow S, Chambers ST, Jennings LC, Stewart AW, Priest PC, Florkowski CM, Livesey JH, Camargo CA and Scragg R.

Effect of vitamin D₃ supplementation on upper respiratory tract infections in healthy adults

JAMA, 2012



KEY MESSAGE

La vitamina D non aiuta gli adulti sani a prevenire le infezioni del tratto respiratorio superiore.

BACKGROUND

Studi epidemiologici hanno mostrato un'associazione tra bassi livelli di vitamina D e una varietà di infezioni respiratorie.

Sebbene sia ben conosciuto il ruolo della vitamina D nella risposta immunitaria innata e adattativa, c'è ancora da chiarire il ruolo che la vitamina D svolge come misura preventiva nelle infezioni respiratorie.

OBIETTIVO

Determinare gli effetti della supplementazione di vitamina D sull'incidenza e sulla severità delle infezioni del tratto respiratorio superiore (URTI=upper respiratory tract infections) in soggetti adulti sani.

DISEGNO

Si tratta di un trial randomizzato, in doppio cieco, controllato con placebo, condotto su 322 adulti sani in Nuova Zelanda da Febbraio 2010 a Novembre 2011.

I partecipanti allo studio sono stati randomizzati a ricevere

- Vitamina D (n=161)
- Placebo (n=161)

I partecipanti supplementati con vitamina D hanno ricevuto inizialmente una dose di 200.000 UI, seguita da un'altra dose di 200.000 UI un mese dopo e da 100.000 UI mensili per 16 mesi consecutivi. Lo studio ha avuto una durata complessiva di 18 mesi.

Come endpoint primario è stato valutato il numero delle URTI, mentre gli endpoint secondari presi in considerazione sono stati la durata e la severità delle URTI oltre ai giorni di assenza dal lavoro a causa delle URTI. Il 25(OH)D è stato misurato al basale e dopo 2, 6, 12 e 18 mesi.



RISULTATI

Già al basale, i livelli di 25(OH)D sono risultati sufficienti (29 ng/ml) e per tutta la durata dello studio si sono mantenuti tali (48 ng/ml).

Nel gruppo supplementato con vitamina D il numero di episodi di URTI era di 593 vs 611 del gruppo placebo.

Oltre a non presentare differenze significative nel numero di episodi, questo studio non ha riportato differenze significative relative al numero di giorni di assenza dal lavoro, gravità e durata delle URTI.

CONCLUSIONI

Dai dati ottenuti in questo studio, è possibile concludere che la supplementazione di vitamina D in adulti sani non riduce l'incidenza o la severità delle infezioni del tratto respiratorio superiore.