

INTERPELLANZA

**Vitamina D nelle case anziani e per la popolazione anziana - Carenze riscontrate e raccomandazioni per gli anziani e per la popolazione in generale**

del 15 gennaio 2021

In Svizzera, la carenza di vitamina D è molto frequente: dai dati ufficiali risulta che in Svizzera circa il 60% della popolazione (ca. l'80% degli anziani) è carente di vitamina D durante i mesi invernali; più a rischio di carenza sono le persone con malattie croniche, gli obesi, i pazienti oncologici, epilettici, i diabetici, le persone di colore e le donne in gravidanza (1-4).

Secondo gli studi citati, le persone carenti di vitamina D hanno un rischio 2-3x più alto di mortalità (5), ma se è presente il diabete, il rischio addirittura quadruplica (4,4x) (6).

Anche uno studio tedesco ha confermato che il rischio di morire di un'infezione alle vie respiratorie è circa 2-3x più alto se il paziente è carente di vitamina D (7).

Chiedo quindi al Consiglio di Stato

- 1) È vero che molte persone del gruppo più a rischio Covid-19, soprattutto di sesso maschile, non assumono la vitamina D e non conoscono le raccomandazioni della Commissione Federale per la Nutrizione (CFN) risalenti al 2012, le quali prevedono l'assunzione di 800 IE al giorno per tutto l'anno alle persone con 60+ anni e consigliano un livello minimo nel sangue di 75 nmol/l (8-11)?

In base ai dati del rapporto sull'alimentazione 2012 in Svizzera, le persone assumono tramite il cibo mediamente solo 80 IE di vitamina D3 al giorno (12).

- 2) Intende far in modo che si consigli alla popolazione, in particolare ai residenti nelle case anziani e agli anziani a domicilio, l'integrazione di vitamina D sulla base delle raccomandazioni formulate dalla Commissione Federale per la Nutrizione del 2012?

Secondo gli studi più recenti (13-14), per ridurre il rischio di infezioni delle vie respiratorie, questa somministrazione dovrebbe essere giornaliera (min. 800 IE) o settimanale (min. 5600 IE). Queste raccomandazioni valgono per tutti.

Raoul Ghisletta

## Riferimenti scientifici

### ***In Svizzera circa un 60% della popolazione è carente di vitamina D durante i mesi invernali***

1) *Swiss Med Wkly.* 2012;142:w13719

2) **Oncologia:** *Swiss Med Wkly.* 2018;148:w14576

3) **Anziani:** SakemB, NockC, StangaZ, MedinaP, NydeggerUE, RischM, et al. Serum concentrations of 25-hydroxyvitamin D and immunoglobulins in an older Swiss cohort: results of the Senior Labor Study. *BMC Med.* 2013;11(1):176. doi:<http://dx.doi.org/10.1186/1741-7015-11176>. PubMed.

### **Carenza di vitamina D in gravidanza:**

4) Christoph P, Challande P, Raio L, Surbek D. High prevalence of severe vitamin D deficiency during the first trimester in pregnant women in Switzerland and its potential contributions to adverse outcomes in the pregnancy. *Swiss Med Wkly.* 2020;150:w20238. Published 2020 May 28.

doi:10.4414/smw.2020.20238

### **Mortalità e vitamina D**

5) Chowdhury, R., Kunutsor, S., Vitezova, A., Oliver-Williams, C., Chowdhury, S., Kiefte-de-Jong, J. C., Franco, O. H. (2014, April 01). **Vitamin D and risk of cause specific death: Systematic review and meta-analysis of observational cohort and randomised intervention studies.** *BMJ* 2014; 348 :g1903 Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3972416/>

6) New study reveals a **strong link between vitamin D deficiency and increased mortality, especially diabetes-related deaths** [https://www.eurekalert.org/pub\\_releases/2019-09/d-nsr091819.php](https://www.eurekalert.org/pub_releases/2019-09/d-nsr091819.php)

7) Brenner H, Holleczer B, Schöttker B. **Vitamin D Insufficiency and Deficiency and Mortality from Respiratory Diseases in a Cohort of Older Adults: Potential for Limiting the Death Toll during and beyond the COVID-19 Pandemic?** *Nutrients.* 2020;12(8):2488. Published 2020 Aug 18. doi:10.3390/nu12082488

### **8) Informazioni tecniche vitamina D**

<https://www.blv.admin.ch/dam/blv/it/dokumente/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/fachinformation-vitamin-d.pdf.download.pdf/informazioni-tecniche-vitamina-d.pdf>

### **9) Raccomandazioni vitamina D**

<https://www.blv.admin.ch/dam/blv/it/dokumente/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/empfehlungen-vitamin-d.pdf.download.pdf/raccomandazioni-vitamina-d.pdf>

### **10) Parere CFN sullo studio Bolland et al. del 2018**

[https://www.blv.admin.ch/dam/blv/it/dokumente/das-blv/organisation/kommissionen/eeek/vitamin-d-mangel/stellungnahme-eeek-studie-bolland.pdf.download.pdf/Stellungnahme\\_EEK\\_zur\\_Studie\\_Bolland\\_et\\_al\\_von\\_2018\\_IT.pdf](https://www.blv.admin.ch/dam/blv/it/dokumente/das-blv/organisation/kommissionen/eeek/vitamin-d-mangel/stellungnahme-eeek-studie-bolland.pdf.download.pdf/Stellungnahme_EEK_zur_Studie_Bolland_et_al_von_2018_IT.pdf)

### **11) Rapporto EEK/CFN:**

Federal Commission for Nutrition. Vitamin D deficiency: Evidence, safety, and recommendations for the Swiss Population. Expert report of the FCN. Zurich: Federal Office for Public Health, 2012.

<https://www.blv.admin.ch/blv/de/home/das-blv/organisation/kommissionen/eeek/vitamin-d-mangel.html>

### **12) Sesto Rapporto sull'alimentazione in Svizzera, 2012**

<https://www.blv.admin.ch/blv/it/home/lebensmittel-und-ernaehrung/publikationen-und-forschung/statistik-und-berichte-ernaehrung.html>

13) Martineau AR, Jolliffe DA, Hooper RL, et al. **Vitamin D supplementation to prevent acute respiratory tract infections: systematic review and meta-analysis of individual participant data.** *BMJ.* 2017;356:i6583. Published 2017 Feb 15. doi:10.1136/bmj.i6583

14) ) Hollis BW, Wagner CL. *Clinical review: The role of the parent compound vitamin D with respect to metabolism and function: Why clinical dose intervals can affect clinical outcomes.* *J Clin Endocrinol Metab.* 2013 Dec;98(12):4619-28. doi: 10.1210/jc.2013-2653. Epub 2013 Oct 8. PMID: 24106283; PMCID: PMC3849670.