

## Comunicato stampa del Centro tedesco di ricerca sul cancro

Negli ultimi anni, tre meta-analisi di studi clinici sono giunti alla conclusione che l'integrazione di vitamina D fosse associata ad una riduzione del tasso di mortalità per cancro di circa il 13%. Questi risultati sono stati trasferiti dagli scienziati del Centro tedesco di ricerca sul cancro (DKFZ) alla situazione in Germania e sono stati quantificati: se tutti i tedeschi sopra i 50 anni prendessero un'integrazione di vitamina D, si potrebbero evitare fino a 30'000 morti per cancro all'anno e si potrebbero guadagnare più di 300'000 anni di vita - risparmiando anche denaro.

Da diversi anni, gli scienziati stanno studiando l'influenza di un adeguato apporto di vitamina D sulla prognosi di numerose malattie. L'attenzione è rivolta in particolare alle malattie infiammatorie, al diabete, alle malattie respiratorie e al cancro.

Tre meta-analisi di grandi studi clinici sono stati pubblicati negli ultimi anni sulla questione di come l'apporto di vitamina D influisce sui tassi di mortalità da cancro. Gli studi sono giunti alla stessa conclusione: la mortalità per cancro si riduce di circa il 13% con l'integrazione di vitamina D - per tutti i tipi di cancro. Non è ancora chiaro esattamente quali meccanismi biologici potrebbero essere alla base di questo. Solo gli studi randomizzati di alta qualità metodologica provenienti da tutte le parti del mondo sono stati inclusi nelle meta-analisi.

"In molti paesi del mondo, il tasso di mortalità per cancro corretto per l'età è fortunatamente diminuito negli ultimi dieci anni", dice Hermann Brenner, un epidemiologo del Centro tedesco di ricerca sul cancro (DKFZ). "Tuttavia, considerando i costi spesso considerevoli di molti nuovi farmaci contro il cancro, questo successo ha spesso un prezzo elevato. La vitamina D, invece, è paragonabilmente poco costosa nei dosaggi giornalieri abituali."

La carenza di vitamina D è comune nella popolazione anziana e soprattutto nei malati di cancro. Brenner e colleghi ora hanno calcolato quali costi sarebbero sostenuti da un'integrazione di vitamina D di tutta la popolazione della Germania dall'età di 50 anni. Hanno contrapposto questa somma ai possibili risparmi per le terapie del cancro, che sono spesso associate a costi nell'ordine di diversi 10'000 euro, in particolare nel caso di tumori avanzati durante gli ultimi mesi di vita dei pazienti.

Per questo calcolo, gli scienziati hanno basato una somministrazione giornaliera di 1'000 unità internazionali di vitamina D ad un costo di 25 euro per persona all'anno. Nel 2016, c'erano circa 36 milioni di persone oltre i 50 anni che vivevano in Germania, con conseguenti costi annuali di integrazione di 900 milioni di euro.

I ricercatori hanno preso i costi del trattamento del cancro dalla letteratura scientifica, assumendo costi medi di trattamento aggiuntivi di 40'000 euro solo per l'ultimo anno di vita per i pazienti che sono morti di cancro. Una riduzione del 13% della mortalità per cancro in Germania corrisponde a circa 30'000 morti per cancro in meno all'anno, i cui costi di trattamento ammontano a 1'154 miliardi di euro nel calcolo del modello. Rispetto ai costi dell'integrazione di vitamine, questo modello calcola un risparmio annuale di 254 milioni di euro.

I ricercatori hanno determinato il numero di anni di vita persi al momento della morte per cancro utilizzando le tabelle di mortalità dell'Ufficio federale di statistica. Brenner ritiene che i costi e lo sforzo di una determinazione sistematica del livello di vitamina D siano dispensabili, dato che con un'integrazione di 1'000 unità internazionali non c'è da temere un sovradosaggio. Tale determinazione preventiva non era stata fatta nemmeno negli studi clinici.

"In vista degli effetti positivi potenzialmente significativi sulla mortalità da cancro - in aggiunta combinati con un possibile risparmio di costi - dovremmo cercare nuovi modi per ridurre la diffusa carenza di vitamina D nella popolazione anziana in Germania. In alcuni paesi, gli alimenti sono stati addirittura fortificati con la vitamina D per molti anni - per esempio in Finlandia, dove i tassi di mortalità per cancro sono circa il 20%

più bassi che in Germania. Per non parlare del fatto che ci sono prove crescenti di altri effetti positivi sulla salute con un adeguato apporto di vitamina D, come ad esempio nei tassi di mortalità per malattie polmonari", dice Brenner, aggiungendo: "Infine, consideriamo l'integrazione di vitamina D così sicura che la raccomandiamo persino ai neonati per sviluppare ossa sane".

Per migliorare i propri livelli di vitamina D a costo zero, il DKFZ's Cancer Information Service raccomanda di trascorrere del tempo all'aperto sotto il sole, due o tre volte alla settimana per circa dodici minuti. Viso, mani e parti di braccia e gambe devono essere scoperte e senza protezione solare per questo periodo di tempo.

Con più di 3'000 dipendenti, il Centro tedesco di ricerca sul cancro (DKFZ) è la più grande istituzione di ricerca biomedica in Germania. Al DKFZ, più di 1'300 scienziati svolgono ricerche su come si sviluppa il cancro, registrano i fattori di rischio del cancro e cercano nuove strategie per prevenire lo sviluppo del cancro. Sviluppano nuovi metodi con i quali i tumori possono essere diagnosticati con maggiore precisione e i pazienti affetti da cancro possono essere trattati con maggiore successo.

Il servizio di informazione sul cancro (KID) del DKFZ fornisce ai pazienti, al pubblico interessato e agli esperti risposte individuali a tutte le domande sul tema del cancro.

Insieme ai partner degli ospedali universitari, il DKFZ gestisce il Centro nazionale per le malattie tumorali (NCT) nelle sedi di Heidelberg e Dresda, e il Centro per i tumori dei bambini Hopp KiTZ a Heidelberg. Nel Consorzio tedesco per la ricerca traslazionale sul cancro (DKTK), uno dei sei centri tedeschi per la ricerca sulla salute, il DKFZ, mantiene centri traslazionali in sette siti partner universitari. La combinazione di un'eccellente medicina universitaria con la ricerca di alto livello di un centro Helmholtz nei siti NCT e DKTK è un contributo importante per trasferire approcci promettenti dalla ricerca sul cancro alla clinica e quindi migliorare le opportunità dei pazienti con cancro.

Il DKFZ è finanziato al 90% dal Ministero Federale dell'Educazione e della Ricerca e al 10% dallo stato di Baden-Württemberg ed è membro dell'Associazione Helmholtz dei centri di ricerca tedeschi.

#### Contatto per la stampa:

Dr. Sibylle Kohlstädt

Addetto stampa

Comunicazione strategica e relazioni pubbliche

Centro tedesco di ricerca sul cancro

Im Neuenheimer Feld 280

69120 Heidelberg

T: +49 6221 42 2843

F: +49 6221 42 2968

E-Mail: [S.Kohlstaedt@dkfz.de](mailto:S.Kohlstaedt@dkfz.de)

E-Mail: [presse@dkfz.de](mailto:presse@dkfz.de)

[www.dkfz.de](http://www.dkfz.de)

versione tedesca: <https://idw-online.de/de/news762917>

#### Pubblicazione originale:

Tobias Niedermaier, Thomas Gredner, Sabine Kuznia, Ben Schöttker, Ute Mons, Hermann Brenner:

Potential for cost-saving prevention of almost 30,000 cancer deaths per year by vitamin D supplementation of the older adult population in Germany.

Molecular Oncology 2020, DOI: 10.1002/1878-0261.12924

---

## SVIZZERA:

### **Raccomandazioni sulla vitamina D in Svizzera (USAV):**

Vista la latitudine della Svizzera e il conseguente insufficiente irraggiamento solare, circa il 60 % della popolazione non ha un apporto sufficiente di vitamina D in inverno.

Agli uomini e alle donne di 60 anni e più si consiglia di assumere supplementi di vitamina D per coprire il fabbisogno giornaliero di 20 µg (800 UI). L'alimentazione normale non apporta che un minimo contributo, poiché la maggior parte delle derrate alimentari contiene poca vitamina D.

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

### **Per assumere 800 UI bisognerebbe mangiare giornalmente:**

240g di salmone, 250g di sogliola, 80g di sardine, 11 uova, 645g funghi, 1kg di merluzzo, 476 g di tonno, 1,3 kg cosce di pollo, 17 litri di latte, 2 kg di carne (manzo/maiale/pollo) o 600 g avocado

Fonte: [www.valorinutritivi.ch](http://www.valorinutritivi.ch)

--

Christina Del Prete

farmacista & terapeuta complementare

consulente / referente di sali minerali sec. il Dr. Schüssler (GBA Austria)

consulente di micronutrizione (FOM & Mikronährstoffberaterin, AMM (D))

+41 76 23 87 410

[www.saliefiori.com](http://www.saliefiori.com)

Inviato con dispositivi cablati per ridurre l'elettrosmog- Von einem verkabelten Gerät gesendet, um Elektrosmog zu reduzieren