

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

LA CARENZA DI VITAMINA D È MOLTO COMUNE NEI BAMBINI

Molti bambini, in apparenza sani, hanno livelli di vitamina D pericolosamente bassi già nella prima infanzia e circa un terzo di loro presenta segni di demineralizzazione visibili in radiografia.

Catherine M. Gordon dell'Università di Harvard e i suoi colleghi hanno sollevato l'attenzione sul problema con uno studio pubblicato in giugno sugli Archives of Pediatric and Adolescent Medicine. I ricercatori hanno studiato 380 neonati e bambini sani, visitati dal 2005 al 2007 a un centro di assistenza primaria, per 365 dei quali erano disponibili campioni di sangue su cui misurare i livelli sierici di 25-idrossivitamina D (25-OH D) e di ormone paratiroideo.

I piccoli pazienti con carenza di vitamina D sono stati poi sottoposti a radiografie computerizzate bilaterali del polso e del ginocchio. Contemporaneamente i ricercatori hanno fatto compilare a tutti i genitori un questionario alimentare relativo ai loro figli, chiedendo di specificare anche l'eventuale assunzione di vitamina D o altri supplementi, il tempo trascorso all'aperto, la situazione socioeconomica, e il livello d'istruzione.

È stata riscontrata una carenza di vitamina D (definita come ≤ 20 ng / ml) nel 12,1% dei bambini (44). Sette di questi (pari all'1,9% del totale) avevano un deficit grave, definito come ≤ 8 ng / ml. Sono stati trovati inoltre in 146 partecipanti all'indagine (40%) livelli al di sotto della soglia ottimale accettata (≤ 30 ng / ml).

Dei 365 neonati e bambini della ricerca (tra gli otto mesi e i due anni di età), solo il 40% raggiungeva i livelli ottimali di nutrienti, mentre il 12% aveva già segni clinici di carenza di vitamina D. Più precisamente "40 bambini mostravano, dalle radiografie del polso e del ginocchio, segni di demineralizzazione e 3 (pari al 7,5% dei bambini con deficit di vitamina D) avevano già subito modifiche del tessuto osseo che suggerivano la presenza di rachitismo" hanno precisato i ricercatori.

All'analisi statistica multivariata, sono risultati essere fattori di rischio per ipovitaminosi D la mancanza di supplementazione con vitamina D nei neonati ed il ridotto introito di latte di mucca nei bimbi più grandicelli. Dal momento che il latte materno è relativamente povero di vitamina D, l'editoriale di commento alla ricerca sottolinea come particolare attenzione alla prevenzione della ipovitaminosi D vada posta nei bambini con allattamento al seno prolungato, pur cercando di non generare nelle madri perplessità in merito ai benefici di questa pratica.

Fonti:

Gordon CM, Feldman HA, Sinclair L, Williams AL, Kleinman PK, Perez-Rossello J, Cox JE. Prevalence of vitamin D deficiency among healthy infants and toddlers. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 2008 Jun;162(6):505-12.

Realizzato con il contributo del Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali
D.M. 25961 del 27/12/2007