

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

## L'EFFETTO DELL'INTEGRAZIONE DI VITAMINA D E MAGNESIO SULLO STATO DI SALUTE MENTALE DEI BAMBINI IPERATTIVI CON DEFICIT DI ATTENZIONE: UNO STUDIO CONTROLLATO RANDOMIZZATO

Il disturbo da deficit di attenzione / iperattività (ADHD) è un disturbo dello sviluppo neurologico, caratterizzato da una gravità variabile del deficit di attenzione e dell'iperattività. Gli studi hanno mostrato carenze nel livello sierico di magnesio e vitamina D nelle persone con ADHD. Lo scopo di questo studio è stato quello di determinare l'effetto dell'integrazione di vitamina D e magnesio sulla salute mentale nei bambini con ADHD. È stato condotto uno studio clinico randomizzato, in doppio cieco, controllato con placebo su 66 bambini con ADHD. I partecipanti sono stati assegnati in modo casuale nel ricevere integratori di vitamina D (50.000 UI / settimana) più magnesio (6 mg / kg / giorno) (n = 33) o placebo (n = 33) per 8 settimane. Il questionario sui punti di forza e le difficoltà è stato utilizzato per valutare la salute mentale dei bambini all'inizio e alla fine dello studio. Dopo otto settimane di intervento, i livelli sierici di 25-idrossi-vitamina D3 e magnesio sono aumentati significativamente nel gruppo di intervento rispetto al gruppo di controllo. Inoltre, i bambini che hanno ricevuto vitamina D più magnesio hanno mostrato una significativa riduzione dei problemi emotivi (p = 0,001), problemi di condotta (p = 0,002), problemi dei pari (p = 0,001), punteggio prosociale (p = 0,007), difficoltà totali (p = 0,001), punteggio esternalizzante (p = 0,001) e punteggio internalizzante (p = 0,001) rispetto ai bambini trattati con il placebo. La co-integrazione di vitamina D (50.000 UI / settimana) e magnesio (6 mg / kg / giorno) per una durata di 8 settimane potrebbe migliorare la funzione comportamentale e la salute mentale dei bambini con ADHD. Tuttavia, sono necessari ulteriori studi ben progettati con un campione di dimensioni maggiori.

*Fonte: Mostafa Hemamy, Naseh Pahlavani, Alireza Amanollahi, Sheikh Mohammed Shriful Islam, Jenna McVicar, Gholamreza Askari, Mahsa Malekahmadi "The effect of vitamin D and magnesium supplementation on the mental health status of attention-deficit hyperactive children: a randomized controlled trial" BMC Pediatr. 2021 Apr 17;21(1):178. doi: 10.1186/s12887-021-02631-1.*