

# Stato Vitaminico D in Umbria

P. Filippini, G. Policani, F. Ragni, G. Piergianni, F. Geranio

	25(OH)D, ng/mL (nmoli/L x 2,5)
<b>Grave carenza</b> ( <i>rachitismo/osteomalacia</i> )	<b>&lt; 10 ng/mL</b> (< 25)
<b>Carenza</b> ( <i>osteoporosi</i> )	<b>10 - 19 ng/mL</b> (< 50)
<b>Insufficienza</b>	<b>20 – 29 ng/mL</b> (50 – 72,5)
<b>Ottimale</b>	<b>30 -100 ng/mL</b> (75 – 250)
<b>Cautela</b>	<b>100 – 150 ng/mL</b> (250 - 375)
<b>Eccessivi</b>	<b>&gt; 150 ng /mL</b> (> 375)

**I livelli ematici ottimali di Vit. D [25(OH)D] sono quelli compresi tra 30 e 100 ng/ml**

(fonte: Adami S. et al. Linee guida su prevenzione e trattamento dell'ipovitaminosi D con colecalciferolo, Reumatismo 2011)

*Livelli  $\geq 30$  ng/mL non si accompagnano mai ad un incremento secondario dell'ormone paratiroideo (PTH).  
Quando questo si verifica, sta ad indicare che l'organismo ha messo in atto presidi per difendersi da un deficit di calcio.*

*a sinistra:* livelli ematici di vitamina D nella popolazione umbra sono bassi. In rosso i soggetti cui sono stati prescritti supplementi orali.

*a destra:* Oltre il 60% dei soggetti a cui non sono stati prescritti supplementi hanno valori inferiori a 20 ng/ml.

■ supplementi SI - ■ supplementi NO

