

La carenza di vitamina D e la latitudine come fattori di rischio

mercoledì, 31 marzo 2021

Già da molto tempo, la scienza ha rilevato che un'esposizione al sole troppo ridotta e la conseguente carenza di vitamina D costituiscono un fattore di rischio per lo sviluppo della sclerosi multipla (SM). Ora, un nuovo studio ha dimostrato che una significativa carenza di luce solare può anche aumentare il rischio di recidive di SM e provocare un peggioramento del grado d'invalidità.

In questo studio, alcuni ricercatori in Germania hanno analizzato gli effetti sulla gravità della SM di due variabili, indipendenti una dall'altra, dell'esposizione al sole: si tratta dei livelli di vitamina D e della latitudine. Una latitudine minore è associata a un aumento della quantità di luce solare che raggiunge la superficie terrestre.

Dato che i diversi colori della pelle sono strettamente collegati a diversi gradi di sensibilità alla luce solare, i ricercatori hanno anche valutato se gli effetti dell'esposizione al sole fossero modulati da farmaci o varianti nella codifica del gene del recettore della melanocortina 1 (MC1R). La segnalazione MC1R ha mostrato anche funzioni immunosoppressive e di protezione in modelli murini con SM.

Per il proprio studio, il team si è servito di dati di persone con SM di due gruppi differenti: una coorte nazionale tedesca composta da 908 persone colpite e che non sono state sottoposte ad alcun trattamento e la coorte francese BIONAT, composta da 808 persone che stavano già seguendo una terapia.

Proprio come confermato da studi precedenti sulla vitamina D, le persone con SM del gruppo BIONAT, che erano state curate con l'interferone beta, presentavano livelli più alti di vitamina D rispetto alle persone che non stavano seguendo nessuna terapia. Per quanto riguarda la coorte SM tedesca, una latitudine più alta (e di conseguenza un'esposizione al sole inferiore), risultava associata a limitazioni decisamente maggiori in base al sistema di punteggio della gravità della sclerosi multipla (MSSS).

Nel gruppo BIONAT, si sono registrati livelli più alti di vitamina D e valori inferiori di invalidità rilevati con la scala MSSS. Tuttavia, in una prima fase non sono state individuate correlazioni tra latitudini superiori e maggiori valori di MSSS, come si è osservato nelle persone colpite della coorte SM nazionale tedesca. Si è ipotizzato, e in seguito è stato anche confermato, che la ragione alla base di questa differenza tra i due gruppi andasse ricercata nella terapia a base di interferone beta seguita da molte persone con SM della coorte BIONAT. I pazienti trattati con terapie diverse da quella a base di interferone beta hanno mostrato un peggioramento della gravità della malattia con l'aumentare della latitudine del luogo di residenza: si tratta di una

chiara indicazione degli effetti positivi della luce solare, aspetto già analizzato per quanto riguarda i pazienti del gruppo tedesco non sottoposti ad alcuna terapia.

Dopodiché, i ricercatori hanno cercato di comprendere se la vitamina D e la latitudine influenzassero il rischio di recidive di SM e il peggioramento della disabilità, basandosi sulla scala di invalidità EDSS. Il risultato dell'analisi è stato il seguente: livelli più alti di vitamina D erano associati a rischi inferiori, sia per quanto riguarda gli attacchi della malattia, sia in fatto di aumento delle limitazioni. Una latitudine inferiore (e quindi una maggiore esposizione al sole) era anche collegata a un minore aumento della disabilità, ma non a un maggiore rischio di nuove recidive.

I ricercatori hanno poi analizzato se, rispetto alle persone che non mostravano una particolare sensibilità alla luce solare, l'impatto di quest'ultima avesse degli effetti sulla gravità della SM nelle persone colpite e che presentavano una predisposizione genetica a una maggiore sensibilità al sole. Si è scoperto che, per le persone con SM con una variante genetica che aumenta la loro sensibilità alla luce del sole, il rischio di lesioni aumentava del 20,5% per ogni grado di riduzione della latitudine. Nei pazienti che non presentavano questa variante genetica, il rischio diminuiva dell'11,6%.

In un ulteriore studio, i ricercatori hanno analizzato il modo in cui la fototerapia con raggi UV modula l'attività genica delle cellule immunitarie. È stato dimostrato che i raggi UV attivano la produzione di vitamina D da parte del corpo, oltre che i geni dell'interferone di tipo 1, che svolgono anche un'azione protettiva immunomodulante. Tuttavia, a lungo termine l'effetto positivo della somministrazione supplementare di vitamina D rimane controverso. Infatti, diversi studi confermano in generale l'effetto antinfiammatorio della vitamina D, ma finora non vi sono raccomandazioni unanimesi in merito alla quantità di un'assunzione aggiuntiva di vitamina D.

I ricercatori concludono che: «nel complesso, il nostro studio suggerisce che l'esposizione al sole ha effetti positivi in caso di SM conclamata, come dimostrato da tre fattori legati tra loro: latitudine, vitamina D e gravità della malattia». Il bilancio conclusivo dello studio indica però anche quanto segue: in caso di pazienti sensibili alla luce, come ad esempio coloro che presentano determinate varianti genetiche nel gene MC1R, l'esposizione al sole può tuttavia essere dannosa.

Fonte: [Multiple Sclerosis News Today](#) (6 gennaio 2021) e la pubblicazione PNAS alla base dello studio del 5 gennaio 2021.

Società svizzera sclerosi multipla, via S. Gottardo 50, CH-6900 Lugano-Massagno

Tel. 091 922 61 10 | info@sclerosimultipla.ch | www.sclerosimultipla.ch