Dolore muscolo-scheletrico da fibromialgia: i benefici della vitamina D

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:
Lombardo M, Feraco A, Ottaviani M, Rizzo G, Camajani E, Caprio M, Armani A.
The efficacy of vitamin D supplementation in the treatment of fibromyalgia syndrome and chronic musculoskeletal pain
Nutrients. 2022 Jul 22;14(15):3010. doi: 10.3390/nu14153010. PMID: 35893864; PMCID: PMC9330000

Illustrare le evidenze sui benefici della vitamina D nella cura della fibromialgia, e in particolare del dolore muscolo-scheletrico ad essa associato: è questo l'obiettivo della review coordinata da Mauro Lombardo ed espressione del Dipartimento di Scienze umane e Promozione della qualità della vita presso l'Università San Raffaele di Roma.
Gli autori hanno condotto una revisione sistematica dei trial clinici randomizzati (RCT) per stabilire se la **carenza di vitamina D** sia più frequente nei/nelle pazienti affetti da fibromialgia, e per valutare gli effetti dell'integrazione della vitamina stessa. La ricerca è stata condotta in PubMed, Physiotherapy Evidence Database (PEDro) e Cochrane Central Register of Controlled Trials (CENTRAL), per trial pubblicati in inglese dal 1° gennaio 1990 al 10 luglio 2022.
Sono stati individuati 434 studi, di cui **14** soddisfacevano i criteri di eleggibilità. Fra questi:
- tre studi, di cui due con prove di elevata qualità, hanno confermato **una correlazione** fra il dolore muscolare da fibromialgia e la carenza di vitamina D;
- sei studi, di cui quattro con prove di elevata qualità, hanno dimostrato che **un'integrazione appropriata** può avere effetti benefici nei/nelle pazienti con accertata carenza di vitamina D;
- otto studi, di cui sei con prove di elevata qualità, hanno dimostrato che l'integrazione di vitamina D determina **una significativa riduzione** del dolore.