

## Mal di schiena in menopausa: decisiva la carenza di vitamina D

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

Xu HW, Yi YY, Zhang SB, Hu T, Wang SJ, Zhao WD, Wu DS.

### **Does vitamin D status influence lumbar disc degeneration and low back pain in postmenopausal women? A retrospective single-center study**

Menopause. 2020 Feb 10. doi: 10.1097/GME.0000000000001499. [Epub ahead of print]

Verificare la correlazione fra livelli di vitamina D e degenerazione dei dischi lombari nelle donne in menopausa, e i fattori epidemiologici che influenzano il mal di schiena: è questo l'obiettivo dello studio di H.W. Xu e collaboratori, del Dipartimento di Chirurgia Spinale presso la Tongji University School of Medicine di Shanghai, Cina.

La ricerca è stata condotta su **232 donne** (età media: 65.6±10.1 anni). Il **turnover osseo** è stato misurato tramite elettrochemiluminescenza, la **degenerazione dei dischi intervertebrali** è stata valutata con il metodo di Pfirrmann, mentre tutte le altre informazioni su condizioni di salute e stili di vita sono state raccolte con appositi questionari.

Questi, in sintesi, i risultati:

- il **livello medio di vitamina D** rilevato nel campione è pari a 19.38±9.21 ng/mL;
- la prevalenza della **carenza grave** (<10 ng/mL) e del **livello normale** (30 ng/mL) è rispettivamente del **12.9%** e del **12.5%**;
- le donne gravemente carenti di vitamina D **presentano punteggi più elevati su scala analogica visuale per il mal di schiena** ( $P=0.002$ ), **punteggi T più bassi di densità minerale ossea** ( $P=0.004$ ) e una **più severa degenerazione dei dischi nella regione lombosacrale** ( $P<0.05$ );
- **in particolare, c'è una correlazione inversa fra livelli di vitamina D e gravità della degenerazione dei dischi** ( $P<0.05$ );
- **anche il fumo e il peso corporeo correlano con una più elevata incidenza di dolore da moderato a severo** ( $P<0.05$ ).