

# AGI

## 9 marzo 2010

**AGI** Salute

AGENZIA

[HOME](#) [ATTUALITÀ](#) [FARMACI E TERAPIE](#) [DALLE REGIONI](#) [DAL PARLAMENTO](#) [DAL MONDO](#)

martedì 9 marzo 2010 h. 19:04

direttore responsabile: Giuliano De Rita

14:00 > NASCE 'SUPERPOMODORO', ARMA IN PIU' CONTRO TUMORI 13:32 >

[RSS](#) Rss Feed

UNA NOVITA' PER LA CURA DELL'OSTEOPOROSI

AGI

### CON LA VITAMINA C MENO RISCHI FRATTURE PER ANZIANI

 [Stampa](#)  [Invia questo articolo](#)

Roma - Circa 3 milioni di italiani soffrono di Osteoporosi, una malattia delle ossa che colpisce una donna su tre e un uomo su dodici durante la loro vita, soprattutto superati i 65 anni. E se in Italia si calcolano circa 70 mila fratture d'anca, 50 mila fratture del polso e 40 mila della colonna vertebrale, in tutto il mondo e' stato calcolato che le sole fratture dell'anca passeranno da 1 milione e 700 mila del 1990 ai 6 milioni e 500 mila nel 2050. Un vero e proprio allarme mondiale che trova una possibile soluzione in una delle vitamine piu' diffuse e comuni: la Vitamina C, la cui assunzione tramite l'accurata dieta a cui dovrebbero sottoporsi gli anziani coadiuvata dagli integratori alimentari, potrebbe divenire fondamentale per la prevenzione dell'Osteoporosi e dei suoi rischi, in primo luogo per gli over65. Lo dichiara l'Osservatorio FederSalus, la Federazione Nazionale dei Produttori di Prodotti Salutistici, che rende noto uno studio elaborato dalla Framingham Osteoporosis Study e condotto su 929 partecipanti. "L'utilita' degli integratori alimentari e' testimoniata da sempre piu' ricerche e studi internazionali - dichiara Germano Scarpa, Presidente di FederSalus - Nonostante una sana e corretta alimentazione, infatti, troppo spesso si riscontrano carenze di vitamine e, come in questo caso, la Vitamina C puo' risultare fondamentale per la prevenzione dell'Osteoporosi e delle conseguenti fratture ossee, soprattutto per i soggetti piu' a rischio, ovvero gli anziani". Secondo la ricerca statunitense, infatti, emerge come fondamentale l'assunzione di Vitamina C rispetto ad altre vitamine come la D, al Calcio e ad altre sostanze nutritive. I partecipanti allo studio sono stati seguiti dai 15 ai 17 anni e, durante la somministrazione, si sono verificate solo 100 fratture dell'anca e 180 fratture non-vertebrali di cui, rispettivamente, l'80% e l'86% nelle donne. Mentre sia gli uomini sia le donne che hanno assunto le giuste dosi di Vitamina C, somministrata con una media di 313 milligrammi al giorno, hanno riscontrato un rischio inferiore del 44% rispetto ai soggetti che hanno avuto una somministrazione della vitamina piu' bassa di 94 milligrammi. Nello studio e' anche emerso che, quando la somministrazione di Vitamina C e' stata piu' elevata in media di 260 milligrammi al giorno, i soggetti che hanno assunto questa dose hanno riscontrato un rischio inferiore del 69% di incorrere in fratture all'anca rispetto ai partecipanti che hanno avuto una riduzione della somministrazione. Inoltre, i risultati dello studio suggeriscono un possibile effetto preventivo della Vitamina C sull'integrita' delle ossa, soprattutto nei soggetti piu' a rischio, ovvero gli anziani.