



Retina Suisse

Per salvare la vista

Raccomandazioni AKF per l'assunzione di vitamina A

Basandosi sui dati scientifici oggi disponibili in merito all'assunzione di vitamina A in caso di distrofie ereditarie della retina, il gruppo di lavoro AKF (Arbeitskreis Klinische Fragen) del comitato medico-scientifico di Pro Retina Deutschland e di Retina Suisse ha rivisto e aggiornato le raccomandazioni verificate l'ultima volta nel 2009 da Zrenner e colleghi. Modifiche importanti non sono state apportate. Eccone qui di seguito la versione 2016.

I dati disponibili in merito alla sicurezza e all'efficacia dell'assunzione di vitamina A in caso di retinite pigmentosa permettono di ritenere che una dose giornaliera di 15'000 UI di vitamina A palmitato potrebbe influire favorevolmente sul decorso di alcune forme di retinite pigmentosa, senza peraltro dover mettere in conto eventuali effetti indesiderati. Occorre però prendere in considerazione delle controindicazioni, segnatamente la gravidanza e danni preesistenti al fegato. In entrambi i casi non si dovrebbero assumere supplementi di vitamina A. Altrettanto vale per le mutazioni del gene ABCA4 (è il caso della malattia di Stargardt, di frequenti casi di distrofia dei coni e dei bastoncelli a ereditarietà autosomica-recessiva e più raramente di retinite pigmentosa autosomica-recessiva): in tutti questi casi l'assunzione di elevate dosi di vitamina A è controindicata. Le persone in questione non dovrebbero in nessun caso consumarne dosi giornaliere superiori alle quantità solitamente raccomandate alla popolazione generale. Inoltre occorre rilevare che a tutt'oggi non esistono dati di studi su bambini. E importante è pure la constatazione che in base ai riconoscimenti attuali i pazienti con retinite pigmentosa che non assumono supplementi di vitamina A non devono temere di avere tralasciato qualcosa. A fronte della molteplicità genetica della retinite pigmentosa, non si può dire per quale sua forma si possa aspettare un determinato effetto della vitamina A.

- Pazienti con retinite pigmentosa dovrebbero innanzitutto parlare con il loro oculista per sapere se un trattamento con vitamina A palmitato nel loro caso abbia senso. Occorre infatti considerare che lo studio di Berson e colleghi (1993) verteva sulle forme più correnti della retinite pigmentosa e della sindrome di Usher di tipo II mentre non contemplava le forme atipiche, le distrofie della



Retina Suisse

macula e la degenerazione maculare correlata all'età.

- Una volta deciso il trattamento, prima dell'inizio si dovranno verificare il tasso di vitamina A nel sangue e la funzione epatica. Sarebbe però meglio non misurare unicamente il tasso di retinolo nel sangue bensì anche la relazione con la proteina legante il retinolo (retinol binding protein, RBP). In via di principio la cosa più sensata sarebbe di determinare l'estere del retinile nel sangue. Tuttavia finora quest'analisi è fatta unicamente in pochi istituti specializzati. Pazienti con un tasso particolarmente elevato di retinolo nel sangue (>1mg/l) o affetti da malattie epatiche dovrebbero rinunciare a assumere vitamina A o, semmai, sentito l'internista o il medico di famiglia, ridurre le dosi secondo necessità.
- Per principio la dose giornaliera di vitamina A non dovrebbe superare le 15'000 UI (nella forma del retinil palmitato) perché soltanto per questa posologia si può fare capo ai risultati dello studio di Berson e colleghi (1993) e di Sibulesky e colleghi (1999).
- Volendo somministrare più di 10'000 UI di vitamina A a bambini, è d'obbligo la massima prudenza. Infatti, per questo gruppo d'età non sono stati eseguiti studi sufficientemente approfonditi riguardo a eventuali effetti indesiderati. Se si dovesse comunque decidere di somministrare vitamina A a bambini, la dose andrebbe ridotta in funzione del peso del paziente.
- Da evitare è l'assunzione di dosi elevate di vitamina E, per es. 400 UI al giorno. Contro l'assunzione di dosi inferiori non c'è invece nulla da obiettare poiché la vitamina E favorisce la metabolizzazione della vitamina A. Si può per es. prendere in considerazione un supplemento giornaliero di 36 mg (54 UI) come indicano le raccomandazioni internazionali.
- Se il paziente con retinite pigmentosa assume altri farmaci deve comunicarlo al medico di famiglia o all'oculista perché potrebbero esserci delle interazioni. Interazioni tra vitamina A e alcol sono pure possibili. Per questo motivo, un consumo eccessivo di bevande alcoliche è da evitare pur non essendo necessario astenersi completamente.
- Non si dovrebbe assumere vitamina A in altre forme quali, per es. beta-carotene (come c'è nelle carote). Il beta-carotene non è un'alternativa adatta alla vitamina A palmitato perché il corpo non lo metabolizza allo stesso modo. Per questo motivo non si dovrebbe assumere vitamina A nelle forme usuali ottenibili in drogherie, negozi dietetici e presso i grandi distributori perché di solito non si tratta di vitamina A palmitato.
- Il tasso di vitamina A nel sangue andrebbe verificato non soltanto prima dell'inizio



Retina Suisse

del trattamento bensì anche nel suo corso e ciò almeno una volta l'anno. Inoltre si dovrebbero esaminare i valori del fegato e dei reni. Anche se tutto è in ordine, ma in concomitanza con l'assunzione della vitamina A dovessero manifestarsi fenomeni strani, sarà il caso di consultare il proprio medico.

- Se in occasione dei controlli periodici del tasso di vitamina A (retinolo/relazione con il RBP o estere del retinile nel sangue) i valori fossero troppo elevati, è il caso di interrompere per un certo periodo l'assunzione di vitamina A. Il paziente dovrebbe allora accordarsi con l'oculista e il medico di famiglia su come procedere.
- Importante è assumere vitamina A nella forma del retinol palmitato. Il preparato ottenibile in commercio è il VITADRAL e la posologia è di 7 gocce al giorno. (VITADRAL gocce per uso interno, produttore Aristo Pharma GmbH, sostanza attiva: retinol palmitato 30,2 mg/ml).
- Le persone che fanno fatica con le gocce possono assumere la vitamina A in forma di pastiglie (una capsula da 30'000 UI di JENAPHARM ogni 2 giorni, seppure questa posologia non corrisponda in senso stretto ai criteri delle ricerche svolte).
- Nel corso di una gravidanza non si deve in nessun caso assumere vitamina A. A nostro avviso non sussiste invece una controindicazione all'assunzione contemporanea di vitamina A e di contraccettivi. Tuttavia, siccome l'efficacia della vitamina A non è definitivamente comprovata, ne sconsigliamo l'assunzione a tutte le pazienti con retinite pigmentosa desiderose di diventare madri a breve o più tardi. Sull'assunzione di supplementi di vitamina A durante l'allattamento si dovrebbe consultare il medico curante.
- Sulla base dei dati delle sperimentazioni animali, avvertiamo tutti i pazienti con malattia di Stargardt a ereditarietà autosomica-recessiva o con distrofie dei coni e dei bastoncelli dovute a mutazioni del gene ABCA4, di rinunciare a supplementi di vitamina A che vanno oltre le dosi giornaliere generali perché potrebbero forse comprometterne la capacità visiva.
- Pazienti con malattia di Stargardt o con distrofie dei coni e dei bastoncelli che non hanno ancora una diagnosi genetica dovrebbero prendere in considerazione un test per accertare un'eventuale mutazione del gene ABCA4. Anche in assenza di una diagnosi di una mutazione del gene ABCA4, il nostro consiglio è comunque di NON assumere vitamina A. Infatti allo stadio attuale della tecnica non si possono ancora accertare tutte le mutazioni del gene ABCA4 esistenti.
- Pazienti con malattia di Stargardt o con distrofie dei coni e dei bastoncelli dovrebbero sempre badare a proteggere i loro occhi da eccessiva luce solare mediante efficaci lenti protettive.



Retina Suisse

Raccomandazioni stilare dal Gruppo di lavoro questioni cliniche (AKF) del Comitato medico-scientifico di Pro Retina Deutschland e di Retina Suisse

Prof. dott. med. U. Kellner, presidente.