



## Sono efficaci i supplementi vitaminici per la prevenzione della cataratta?

**Data** 08 maggio 2009  
**Categoria** clinical\_queries

Gli studi che hanno valutato l'efficacia di supplementi vitaminici per la prevenzione della cataratta senile hanno dato finora esito negativo.

Una paziente di 54 anni si rivolge al proprio medico di famiglia chiedendo la prescrizione di vitamine per prevenire la cataratta. La paziente riferisce di essere preoccupata perché entrambi i genitori hanno dovuto sottoporsi ad intervento per questa patologia oculare. Il medico domanda perché ritenga che supplementi di vitamine possano svolgere un'efficace azione preventiva e la paziente risponde di averlo letto in un giornale. Il medico prova un lieve imbarazzo in quanto la richiesta lo coglie sprovvisto di informazioni. Tuttavia si riprende subito dicendo alla paziente che si informerà e le saprà dire. Una breve ricerca nella banca dati MEDLINE permette al medico di accedere alle informazioni necessarie per rispondere con cognizione di causa alla richiesta della sua paziente. Sono infatti presenti in letteratura alcuni studi randomizzati e controllati che hanno valutato l'efficacia delle vitamine nella prevenzione della cataratta. In un primostudio su oltre 7000 soggetti (età > 55 anni) non si è riusciti a dimostrare alcuna efficacia di supplementi di vitamina C, E e di betacarotene somministrati per più di sei anni. Un secondo studio, su poco meno di 800 pazienti, ha avuto pure esito negativo e non ha dimostrato l'efficacia di supplementi di vitamina E, C e di betacarotene. Esiste infine un recentissimo studio collaborativo italiano e americano su poco più di 1000 soggetti (età 55-75 anni), durato più di nove anni, in cui vitamina A, C ed E non sono riuscite a ridurre gli interventi per cataratta o la perdita dell'acuità visiva rispetto al placebo. Dopo qualche giorno il medico telefona alla paziente e può dirle con ragionevole certezza che al momento non esistono studi che abbiano dimostrato un'efficacia preventiva delle vitamine nel rischio di sviluppare una cataratta.

**Renato Rossi**

### Referenze

1. A randomized placebo-controlled trial of high dose supplementation with vitamins C and E and beta carotene for aged related cataract and vision loss: AREDS report. no. 9. Age-related Eye Disease Research Group. Arch Ophthalmol 2001 Oct; 119: 1439
2. Gritz DC et al. The Antioxidants in Prevention of Cataracts Study: effects of antioxidants supplements on cataract progression in South India. Br J Ophthalmol 2006 Jul; 90: 847
3. Clinical Trial of Nutritional Supplements and Age Related Cataract Study Group. Maraini G et al. A randomized, double-masked, placebo-controlled trial of multivitamin supplementation for age-related lens opacities. Clinical trial of nutritional supplements and aged-related cataract report no. 3. Ophthalmology 2008; 115:599.