



Endocrinología, Diabetes y Nutrición



160 - EFECTOS EXTRAÓSEOS DE LA VITAMINA D. ¿REALIDAD O MITO?

A. Castañeda Nieto¹ y P. Rozas Moreno²

¹Endocrinología y Metabolismo. Universidad de Castilla La-Mancha. Facultad de Medicina de Ciudad Real. ²Endocrinología y Nutrición. Hospital General Universitario de Ciudad Real.

Resumen

Introducción: La vitamina D (VD) es un precursor hormonal que interviene en el metabolismo mineral-óseo. La ubicuidad del receptor de la VD y de la enzima 1 α -hidroxilasa, junto a las acciones biológicas de la VD demostradas en laboratorio, sugieren que esta vitamina ejerce efectos extraóseos en el organismo. Estudios observacionales en humanos señalan una asociación entre niveles plasmáticos bajos de calcidiol (metabolito de la VD) y la incidencia de enfermedades extraesqueléticas.

Objetivos: Examinar la evidencia disponible para determinar si la suplementación con VD aporta beneficios extraóseos en población general y en enfermedades extraóseas específicas. Realizar una propuesta explicativa de la asociación “VD – enfermedad”.

Métodos: Se ha revisado la literatura de los últimos cinco años, incluyendo 89 artículos que abordan la relación de la VD con el cáncer, embarazo, enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, sistema inmune, enfermedades neurodegenerativas y mortalidad.

Resultados: Un porcentaje significativo de población general sana y de enfermos con patologías extraóseas (ej. cáncer, diabetes o autoinmunidad) tienen déficit de VD (entendido como niveles de calcidiol 20-30 ng/ml). La mayoría de artículos reportan esta asociación, y a la vez informan de un beneficio extraesquelético nulo en la suplementación con VD. Los últimos ECAs realizados a gran escala no muestran una relación directa “causa (deficiencia de VD) ? efecto (enfermedad/evento)”. La comunidad científica se divide entre los que proponen continuar realizando grandes ECAs estandarizados, con un diseño robusto, y quienes abogan por una relación causal inversa (enfermedad ? déficit de VD) proponiendo su uso como marcador del estado de salud.

Conclusiones: No hay evidencia que justifique la suplementación con VD en la población general, con fines extraóseos. La VD, más que un factor de riesgo, parece un marcador de salud, que disminuye en estados inflamatorios.