

¿POT LA VITAMINA D PROTEGIR CONTRA LA MALALTIA PER COVID-19?

25 gener, 2022

Clínica Mayo

No hi ha suficients dades per recomanar l'ús de vitamina D per preveure la infecció amb el virus que causa la Covid-19 ni per

tractar la Covid-19, d'acord amb els Instituts Nacionals de Salut dels Estats Units i l'Organització Mundial de la Salut. Però si, estudis recents han considerat l'impacte de la vitamina D sobre la Covid-19. El nostre estudi (Clínica Mayo) de 489 persones va trobar que aquelles que tenien una deficiència de vitamina D, tenien més probabilitats de tenir un resultat positiu pel virus que causa la Covid-19 que les persones amb nivells normals de vitamina D.

Altres investigacions han observat alts nivells de deficiència de vitamina D en persones amb la Covid-19 a quins se'ls va donar una dosi alta d'un tipus de vitamina D (calcifediol,), sols una va necessitar tractament en la unitat de cures intensives. En contres, entre les 26 persones amb la Covid-19 a qui no se li va donar calcifediol, 13 van necessitar tractament a la unitat de cures intensives.

A més, la deficiència de vitamina D és comú en els Estats Units, especialment entre els hispans i les persones de raça negra. Aquests grups s'han vist afectats de manera desproporcionada per la Covid-19. La deficiència de vitamina D també és més comú entre les persones grans, les que tenen un índex de massa corporal de 30 o més (obesitat) i les que tenen pressió arterial alta (hipertensió). Altres factors també augmenten el risc de tenir símptomes més freus de la Covid-19. Però en anys recents, dos assajos clínics aleatoris que van estudiar els efectes de suplementar la vitamina D van donar resultats que donen menys esperances. En ambdós assajos es van donar dosis altes de vitamina D a persones amb deficiència de vitamina D i que estaven malaltes – no amb Covid-19. La vitamina D no va reduir la duració de la internació ni l'índex de mortalitat quan es va comparar amb els resultats de les persones a quins se'ls hi va donar un placebo.

Es necessita fer més investigació per determinar quin és el paper de la vitamina D i la seva deficiència en la prevenció i el tractament de la Covid-19.

Entretant, si tens deficiència de vitamina D, pregunta-li al teu metge si un suplement pot ser una solució per tu.