

Optimum dose of vitamin D for disease prevention in older people: BEST-D trial of vitamin D in primary care

Osteoporos Int (2017) 28:841–851 DOI 10.1007/s00198-016-3833-y

Comentário :

Será que estamos oferecendo a nossos pacientes a dose suficiente de Vit. D3 para que eles atinjam níveis séricos de 25(OH) Vit.D capazes de reduzir fraturas e consequentemente diminuir a mortalidade?

Este Interessante e completo artigo (“trial“) compara os efeitos da reposição diária de Vitamina D por 1 ano com doses de 4000 ui , 2000 ui e Placebo.

O Artigo faz uma interessante revisão do metabolismo da vitamina D e é o precursor de um grande estudo a ser publicado sobre os níveis séricos de Vitamina D e a real prevenção de fraturas conforme a dose diária a ser ingerida.

Os riscos cardiovasculares das doses (4000ui e 2000ui) também são discutidos no artigo.

A conclusão é que a suplementação com 4000ui de Vitamina D3 comparada a 2000ui está associada a uma significativa maior proporção de pacientes atingindo um nível satisfatório de 25(OH)Vit.D sérico (Maior que 36 ng/ml) ao final de 1 ano de tratamento.

O uso diário destas doses de vitamina D foi bem tolerado e não foi associado com nenhum evento clínico adverso em 1 ano. Nenhum dos pacientes desenvolveu um quadro de hipercalcemia ou cálculos renais .

Todos os estudos anteriores compararam doses de 400 a 800ui de Vitamina D e a administração foi feita de maneira intermitente que podem ser consideradas insuficientes para a real prevenção de fraturas .

Portanto o artigo sugere que doses diárias de vitamina D (4000ui) podem ser necessárias para que se atinja o nível sérico desejável de 25(OH) vitamina D associado a um menor risco de fraturas e consequentemente de mortalidade.

Ótima leitura a todos