¿La vitamina D puede prevenir la esclerosis múltiple?

Categoría: Publicaciones destacadas
Publicado: Viernes, 10 Febrero 2017 14:40
Escrito por: Endoweb
Visitas: 13443

Relación entre Vitamina D y Esclerosis Múltiple

Can we prevent or treat multiple sclerosis by individualised vitamin D supply? DÃ¶rr J, DÃ¶ring A, Paul F. EPMA J. 2013 Jan 29;4(1):4.

La esclerosis múltiple (EM) es la enfermedad autoinmune crónica más común en el SNC. Se caracteriza por la desmielinización y pérdida axonal, produciendo un amplio espectro de manifestaciones clínicas que incluyen neuritis óptica, parálisis, pérdida de sensibilidad, dificultades en la coordinación, disfunción cognitiva, fatiga y trastornos del sueño. Afecta principalmente a adultos jóvenes con predominio femenino (relación hombre : mujer 3–4:1). El 80 % de los pacientes presentan un forma clínica de recidiva – remisión (65% progresa secundariamente a la forma progresiva), mientras que el 20 % padece la forma progresiva inicialmente. La etiología es multifactorial, habiendo factores genéticos y ambientales implicados. Entre ellos podría incluirse el déficit de vitamina D.

La guía de evaluación, tratamiento y prevención de la deficiencia de vitamina D, elaborada por expertos de la Endocrine Society, incluye a la EM dentro del grupo de riesgo de déficit de vitamina D. Las razones por las cuales se cree que esta deficiencia sería un factor de riesgo para la EM son las siguientes:

1) La frecuencia de EM aumenta con el incremento de la latitud

2) En latitudes altas, la prevalencia de EM es menor que la esperada en la población con alto consumo de pescados ricos en vitamina D

3) El riesgo de EM parece disminuir con la migración a menores latitudes

Esta diferencia geográfica ha ido disminuyendo con los cambios en el estilo de vida: menor exposición solar, aumento del uso de protectores solares, mayor incidencia de tabaquismo y obesidad (factor de riesgo para EM). No obstante, numerosos estudios revelan que a mayor exposición solar hay menor deficiencia de vitamina D y menor riesgo de EM, principalmente si la exposición solar ocurrió durante la infancia y adolescencia.

La relación no se limita a la causalidad, sino que también se ha estudiado el rol de la vitamina D en la actividad de esta enfermedad: se vió que los niveles de 25(OH)vitamina D son menores en las recaídas que en la remisión de la enfermedad y se correlacionan inversamente con la severidad de la EM. También se observó mayor tasa de recaídas

Phoca PDF

de EM en meses de invierno y un curso más severo de la enfermedad en pacientes de raza negra. Todas estas observaciones podrían deberse a otros factores implicados, pero orientan a un posible rol de la vitamina D en la evolución de estos pacientes.

A partir de esto, se estudió si la suplementación con vitamina D podría prevenir el desarrollo de EM o bien mejorar la evolución en los pacientes afectados. En relación a ello, no hay suficiente evidencia para demostrar un efecto beneficioso y se requieren más estudios para dar recomendaciones al respecto.

Esta revisión del 2013 publicada por la revista *The EPMA Journal* resume la evidencia que hay sobre el tema.

Traducción y resumen: Dra. Patricia Slavinsky



Phoca PDF