



Deficiência de  
vitamina D existe?



A vitamina D foi descrita em 1921 e sua estrutura completamente identificada em 1930. Durante mais de 90 anos, acreditou-se que a sua função estivesse limitada à absorção intestinal e ao metabolismo ósseo do cálcio, todavia, na última década, foram descritas ações da vitamina D na divisão celular, sistemas imunológico, endócrino, cardiovascular, reprodutor, metabolismo intermediário, entre outros.

Estudos realizados em diferentes populações demonstraram deficiência de vitamina D em 50%-70% de indivíduos em diversos países <sup>(1-3)</sup>. Existem poucos estudos no Brasil, mas dados recentes sugeriram a existência de uma relação entre a latitude e os níveis de vitamina D, reforçando a hipótese de que a exposição solar pode ser insuficiente, mesmo em países tropicais <sup>(4)</sup>. Dados do censo do IBGE de 2010 revelaram inadequação do consumo diário de fontes de vitamina D em mais de 90% da população brasileira entrevistada.

### Definição de deficiência de vitamina D

Em recente consenso, o Instituto de Medicina definiu deficiência de 25(OH) vitamina D em níveis inferiores a 20 ng/ml <sup>(5)</sup>. A saúde óssea estabelecida quando a vitamina D >30 ng/ml em adultos jovens ou com idade > 50 anos <sup>(6)</sup>. Estudos associativos sugerem redução no risco de câncer, doenças autoimunes, diabetes e doença cardiovascular em pacientes com 25(OH) vitamina D entre 30 e 44 ng/ml <sup>(7-9)</sup>.

### Fatores de risco para deficiência de vitamina D

A exposição solar inadequada relaciona-se à latitude, longitude, altitude, pigmentação da pele e ao uso do filtro solar. A obesidade, doenças disabsortivas, cirurgia bariátrica, doença renal crônica, insuficiência hepática e doenças granulomatosas reduzem a absorção de vitamina D. Algumas medicações como antifúngicos, anticonvulsivantes, corticoides e colestiramina podem modificar a meia vida e a depuração da vitamina D, reduzindo os níveis circulantes.

### Existem artefatos laboratoriais?

Um recente protocolo de padronização de métodos laboratoriais para dosagem de vitamina D, coordenado pelo CDC nos Estados Unidos, ([www.cdc.gov/labstandards](http://www.cdc.gov/labstandards)) determinou critérios de calibração, precisão e acurácia, os quais têm sido adotados pelo Laboratório Sabin, na realização da metodologia de quimiluminescência.

### Conclusões

A deficiência de vitamina D é um sério problema de saúde pública e deve ser considerada em populações de pacientes de risco, permitindo o diagnóstico e intervenção precoces.

### Referências

- 1.FREEDMAN, DM. et al. Sunlight and other determinants of circulating 25-hydroxyvitamin D levels in black and white participants in a nationwide U.S. study. Am J Epidemiol: 2013, Jan 15;177(2):180-92.
- 2.GREENE-FINESTONE, LS. et al. Research Group.25-Hydroxyvitamin D in Canadian adults: biological, environmental, and behavioral correlates. Osteoporos Int.: 2011, May;22(5):1389-99. doi: 10.1007/s00198-010-1362-7. Epub 2010 Aug 21.
- 3.GUESSOUS, I. et al. Swiss Survey on Salt Group Vitamin D levels and associated factors: a population based study in Switzerland . Swiss Med Wkly: 2012, Nov 26;142
- 4.ARANTES, HP. et al. Correlation between 25-hydroxyvitamin D levels and latitude in Brazilian postmenopausal women: from the Arzoxifene Generations Trial. Osteoporos Int.: 2013, Apr 30.
5. IOM, Dietary reference Ranges for Calcium and Vitamin D. [www.iom.edu](http://www.iom.edu), 2010.
6. BISCHOFF-FERRARI HA, DIETRICH T, ORAV V. et al. Positive association between 25 (OH) vitamin D and bone mineral density: a population based study in young and older adults. Am J Med: 2004, 116:634-9.
7. MICHAEL, YL. et al. Primary care relevant interventions to prevent fallings in older patients. Ann Int Med: 2011; 153:815-25
8. GORHAM, ED. et al. Optimal vitamin D status for colorectal cancer prevention: a quantitative metanalysis. Am J Prev Med: 2007; 32:210-16.

#### Dra. Lídia Abdalla

- Presidente Executiva do Grupo Sabin;
- (Farmacêutica-bioquímica) graduada pela Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP);
- Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília (UnB);
- MBA em Gestão Empresarial pela Fundação Dom Cabral (FDC);
- Auditora interna da qualidade ISO 9001, ISO 14001 e PALC/SBPC.



Central de atendimento: 91 3249-9090

