

Los niveles de vitamina D en sangre ayudan a predecir el riesgo de esclerosis múltiple

Un estudio muestra que con cada aumento de 50 nmol/l, la probabilidad de desarrollar la enfermedad más adelante en la vida disminuye en un 39%.

El examen de los niveles de vitamina D en la sangre puede ayudar a predecir si una persona está en riesgo de desarrollar esclerosis múltiple (EM), según un gran nuevo estudio publicado en la edición de este miércoles de 'Neurology', la revista médica de la Academia Americana de Neurología.

“Sólo ha habido algunos pequeños estudios que sugieren que los niveles de vitamina D en la sangre pueden predecir el riesgo”, dice la autora del estudio Cassandra Munger, de la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de la Universidad de Harvard, en Boston, Estados Unidos. “Nuestro estudio, que involucra a un gran número de mujeres, sugiere que la corrección de la deficiencia de vitamina D en mujeres jóvenes y de mediana edad puede reducir su riesgo futuro de esclerosis múltiple”, añade.

Para el estudio, los investigadores utilizaron un depósito de muestras de sangre de más de 800.000 mujeres en Finlandia, tomadas como parte de las pruebas prenatales. Luego, los investigadores identificaron a 1.092 mujeres a las que se les diagnosticó esclerosis múltiple en un promedio de nueve años después de dar las muestras de sangre y se compararon con 2.123 mujeres que no desarrollaron la enfermedad.

A mayor nivel, menor riesgo

Se definieron los niveles deficientes de vitamina D como menos de 30 nanomoles por litro (nmol/l), situándose los niveles insuficientes entre 30 a 49 nmol/l y considerándose los niveles adecuados de 50 nmol/l o superiores. De las mujeres que desarrollaron esclerosis múltiple, el 58 por ciento presentaba niveles deficientes de vitamina D, en comparación con el 52 por ciento de las mujeres que no desarrollaron la enfermedad.

Los científicos encontraron que con cada aumento de 50 nmol/l en los niveles de vitamina D en la sangre, el riesgo de desarrollar esclerosis múltiple más adelante en la vida disminuyó en un 39 por ciento. Además, las mujeres que tenían niveles deficientes de vitamina D registraban un 43 por ciento más de riesgo de desarrollar esclerosis múltiple que las mujeres que registraban niveles adecuados, así como un riesgo 27 por ciento mayor que las mujeres con niveles insuficientes.

“Se necesita más investigación sobre la dosis óptima de vitamina D para reducir el riesgo de EM -señala Munger-. Pero esforzarse por lograr la suficiencia de vitamina D durante el curso de la vida de una persona probablemente tendrá múltiples beneficios para la salud”.

Las limitaciones del estudio incluyen que los participantes eran principalmente mujeres blancas y, por lo tanto, los resultados pueden no ser los mismos para otros grupos raciales u hombres. Además, aunque las muestras de sangre se tomaron un promedio de nueve años antes del diagnóstico de EM, es posible que algunas mujeres ya tuvieran EM cuando se les extrajo sangre y aún no mostraban síntomas de la enfermedad.

Fuente: jano.es