

Hallan relación entre vitamina D y COVID-19 grave

Parece probado que la falta de vitamina D tiene un importante efecto en la severidad de la enfermedad producida por el coronavirus. De acuerdo como corroboran investigadores de la Universidad de Bar Ilán y del Centro médico de la Galilea.

La investigación manejó varios parámetros, edades, sexo, estación del año y enfermedades crónicas, y halló resultados muy similares y concluyentes: la deficiencia en los niveles de vitamina D contribuyen significativamente a la gravedad de la enfermedad y también a la mortalidad.

El comunicado oficial de la universidad sostiene que este es uno de los primeros análisis que se centran en los niveles de vitamina D antes del contagio, lo que facilita una estimación más precisa que durante la hospitalización, en la cual los niveles de la vitamina pueden ser más bajos a causa de la enfermedad viral.

El estudio se publicó recientemente en la revista revisada por pares PLOS ONE.

Valores bajos de vitamina D han sido relacionadas con diversas enfermedades autoinmunes, cardiovasculares e infecciosas. Al inicio de la crisis sanitaria autoridades sanitarias en todo el mundo recomendaron al público tomar vitamina D porque se sabe que hace aumentar la respuesta inmunológica y suponían que podría proteger contra el nuevo virus.

Los científicos empezaron a recoger datos durante las dos primeras olas del coronavirus, antes de que hubiera vacunas.



doctor Amiel Dror, médico del Centro médico de la Galilea e investigador en Bar Ián.

"Nos pareció muy notable y sorprendente ver la diferencia en las posibilidades de convertirse en paciente grave cuando falta vitamina D en comparación con cuando no falta", manifestó el doctor Amiel Dror, médico del Centro médico de la Galilea e investigador en Bar Ián.

La investigación se basó en las mediciones de los niveles de vitamina D de 1176 pacientes con COVID-19 ingresados en la Galilea, entre dos semanas y dos años antes del contagio, entre abril del 2020 y febrero del 2021.

Los pacientes con deficiencia de vitamina D (menos de 20 ng/mL) tenían 14 veces más posibilidades de tener un caso grave de coronavirus que aquellos con más de 40 ng/mL, conforme el estudio. La mortalidad entre los pacientes con niveles suficientes de vitamina D fue del 2,3% en contraste con el 25,6% en el grupo deficiente en vitamina D.

Este estudio se agrega al cuerpo creciente de investigaciones que indican que la carencia de la vitamina

es un factor de riesgo en esta nueva dolencia. "Aún no está claro por qué algunas personas sufren graves consecuencias tras el contagio de COVID-19 y otras no. Y nuestros hallazgos añaden una nueva dimensión a la resolución de este rompecabezas", indicó el profesor Michael Edelstein, uno de los investigadores del estudio.

Esta investigación no es la primera, ni en Israel ni en el mundo, en señalar esta relación. Un estudio israelí previo, publicado en junio del 2021, detectó que una de cada cuatro personas hospitalizadas con la enfermedad tenía bajos niveles de la vitamina.

A los mismos resultados llegó otra investigación de la Universidad de East Anglia, en Gran Bretaña.

Y uno realizado en el Hospital universitario Marqués de Valdecilla, en España, en octubre de 2020 encontró que el 80% de 216 pacientes con coronavirus tenían deficiencia de vitamina D y que los hombres tenían menos reservas de la vitamina que las mujeres.

La vitamina D es un componente soluble en grasa que se puede adquirir de alimentos como pescado, yema de huevo, agua salada e hígado, o se puede producir en la piel cuando una forma de colesterol reacciona a los rayos ultravioleta del sol.

Se sabe, también, que ayuda al cuerpo a absorber el calcio, manteniendo su nivel en los huesos y que su falta produce deformidades en el esqueleto y un mayor riesgo de dolencias como la osteoporosis y raquitismo. Y hoy, además sabemos que combate los casos graves de COVID-19.