En mujeres posmenopáusicas sanas, el estatus de vitamina D no es un determinante de salud ósea

Associations of vitamin D status with bone mineral density, bone turnover, bone loss and fracture risk in healthy postmenopausal women. The OFELY study. Bone 2006, Nov. 15 [Epub ahead of print]. GARNERO P, MUNOZ F, SORNAY-RENDU E, DELMAS PD.

Nivel de Evidencia: II-3

En mujeres posmenopáusicas sanas no hay asociación significativa, independiente de la edad entre los niveles de vitamina D y la salud ósea, de acuerdo a este estudio de cohorte poblacional realizado en Francia. Un total de 669 mujeres posmenopáusicas se reclutaron como parte del estudio OFELY (Os des Femmes de Lyon) para investigar las asociaciones entre los niveles séricos de 25- hidroxivitamina D (25OH-D), el metabolismo óseo, la densidad mineral ósea (DMO), y la incidencia de fracturas. Las mujeres fueron caucásicas, entre 50 y 80 años de edad (promedio 62.2 años) y se siguieron prospectivamente en un promedio de 11.2 años.

Se midieron de entrada los niveles séricos de 25OH-D, DMO, marcadores de recambio óseo y factores de riesgo para osteoporosis. La incidencia de fracturas se registró y confirmó por radiografías a través del estudio, y se estimó la pérdida ósea en el radio por medición de DMO anual.

Los marcadores de recambio óseo, 25OH-D, niveles de hormona paratiroidea y otras medidas de DMO fueron hechos en varios momentos a través del estudio. Los valores de corte para 25OHD fueron seleccionados de los que correspondían a la medida de los valores óptimos más bajos propuestos recientemente por un panel de expertos para prevención de fracturas.

Las mujeres tenían valores séricos de 25OH-D debajo y de 75 nmol/L (75%) y 50 nmol/L (35%). Además, el 11% de las mujeres tenían niveles por debajo de 30 nmol/L. Estos puntos de corte, en la nomenclatura típica usada en los EUA, son 30, 20 y 12 ng/ml, respectivamente. Los niveles de 25OH-D disminuyen mientras la hormona paratifoidea aumenta con la edad.

La edad mayor fue asociada significativamente con un aumento del riesgo de fractura, pero después de ajustar para niveles de 25OH-D, el riesgo asociado con cada año de aumento de edad permaneció estable.

No se pudo encontrar una asociación significante independiente de la edad entre niveles de 25OH-D por debajo o por arriba de 75, 50, o 30 nmol/L y la incidencia de fracturas, DMO de la cadera o el antebrazo, pérdida del DMO del radio y marcadores de recambio óseo.

La diferencia en tasas de fractura desapareció después del ajuste por edad. Esto sugiere que las diferencias relacionadas con la edad en la salud esquelética no son mediadas por cambios en los niveles de vitamina D.

Comentario. Este reporte es de un grupo de expertos que estudiaron una población grande de mujeres viejas por largo tiempo. Los puntos de corte de 25OH-D usados por estos epidemiólogos son los mismos que nosotros usamos clínicamente. ¿Dada la falla del estudio para encontrar asociación entre lo inadecuado de la vitamina D o su deficiencia y la salud ósea, debemos cambiar nuestro manejo de la mujer envejeciente?

Primero, las deficiencias serias de vitamina D son más comunes cuando la mujer envejece. Esto es debido a una variedad de factores tales como más baja ingesta, exposición limitada al sol, y absorción y activación menos eficiente de la vitamina D.A niveles por debajo de 20 ng/mL la mujer se debe caracterizar como deficiente de vitamina D y por debajo de 12 ng/mL, muy deficiente.

Este estudio encuentra que entre mujeres sanas con un promedio de edad de 62 años, cerca de una entre tres entran en la primera categoría y alrededor de una entre nueve, en la segunda. Así pues, yo veo un buen campo para medir los niveles de vitamina D entre las mayores. La corrección es simple, segura y de relativamente bajo costo. Continúo comandando mantener los niveles de 25OH-D encima de 30 mg/ mL (75 nmol/L). Si la absorción gastrointestinal es adecuada, niveles adecuados pueden alcanzarse con suplementos de 700 a 800 unidades internacionales de vitamina D diaria.

Bruce Ettinger M.D
Clinical Professor of Medicine
and Radiology University of
California San Francisco CA