Complicaciones cardiovasculares de los suplementos de calcio

Cardiovascular Complications of Calcium Supplements

J Cell Biochem. 2014 Dec 10. doi: 10.1002/jcb.25028. [Epub ahead of print]

REID IR, BRISTOW SM, BOLLAND MJ.

Existe preocupación de larga data acerca de que los suplementos de calcio podrían aumentar el riesgo cardiovascular en pacientes con insuficiencia renal. El Estudio de calcio Auckland sugirió que el mismo problema se produce en las personas mayores que toman estos suplementos para la prevención de la osteoporosis. Nuestros metanálisis posteriores (que siguieron protocolos finalizados antes de los datos disponibles) confirmaron que los suplementos de calcio, con o sin vitamina D, afectaban adversamente el riesgo de infarto de miocardio y, posiblemente, un derrame cerebral. Varios grupos han revisado estos datos, encontrando consistentemente un efecto adverso de calcio en el infarto de miocardio, no siempre estadísticamente significativo porque algunos meta-análisis no han tenido poder. Sea o no que se encuentre un efecto adverso de calcio más vitamina D en el infarto de miocardio depende de si se incluyen dos grupos de sujetos específicos: los del estudio Women's Health Initiative que ya estaban tomando calcio en el momento de la asignación al azar, y los sujetos de un estudio abierto, aleatorizado por grupos en los que el riesgo cardiovascular basal fue diferente entre los grupos.

La vitamina D sola no afecta el riesgo vascular, por lo que es poco probable que las diferencias entre el calcio solo y calcio más vitamina D sean reales, y son más propensos a ser el resultado de la inclusión de los estudios con alto riesgo de sesgo. Los mecanismos de los efectos cardiovasculares adversos son inciertos, pero pueden estar mediados por el aumento en el calcio sérico después de la ingestión del suplemento, y los efectos de ésta sobre la función vascular y la coagulación. La evidencia disponible sugiere que los riesgos de los suplementos de calcio son mayores que los beneficios pequeños en la incidencia de fracturas, por lo que para el caso su uso es débil.