

Vitamina D não teria efeito protetor em doenças cardíacas, diz estudo



Tomar **vitamina D** não teria efeito protetor significativo contra as **doenças cardiovasculares**, o câncer, ou as fraturas, de acordo com estudo publicado, nesta sexta-feira (24), na revista médica britânica *Lancet Diabetes & Endocrinology*.

Pesquisadores neozelandeses consultaram mais de 40 estudos para tentar estabelecer o impacto da vitamina D na prevenção de uma série de doenças. Para tanto, estabeleceram como parâmetro que, para ser relevante, a vitamina teria que reduzir o risco de doenças em 15% ou mais.

Segundo os resultados desse estudo, o suplemento de vitamina D se traduziu em uma diminuição do risco de doença cardiovascular, de câncer, ou de fratura inferior aos 15% estabelecidos como piso, sendo considerado, então, negligenciável pela equipe.

ABSORÇÃO DE CÁLCIO

Apenas as pessoas idosas que vivem em instituições para a terceira idade se beneficiaram da vitamina D em associação com o **cálcio**, registrando uma redução do risco de mais de 15%.

"Levando-se em conta esses resultados, é muito pouco justificável prescrever a vitamina D para prevenir os infartos, os acidentes vasculares cerebrais (AVC), o câncer, ou as fraturas", destacam os autores, lembrando que metade dos americanos adultos toma vitamina D.

A vitamina D tem um papel maior na **mineralização óssea**, estimulando a absorção intestinal do cálcio e sua fixação no osso. Ela é produzida, principalmente, pelo corpo, sob a ação de raios ultravioletas (UVB) na pele, mas também pode ser ingerida na forma medicamentosa.

Vários estudos - com frequência contraditórios - foram feitos nos últimos anos sobre o papel da vitamina D, até agora vista com um efeito protetor para a saúde.

Em março de 2013, cientistas britânicos demonstraram que a ingestão de vitamina D em mulheres grávidas não teve impacto na saúde óssea das crianças.

Em novembro de 2012, outros pesquisadores haviam apresentado uma relação entre a carência de vitamina D observada nas mulheres que vivem em zonas geográficas de baixa incidência de luz solar e o risco aumentado de esclerose em placas nos filhos.

Fonte: France Press

