

NOTA TÉCNICA 02/2020

NÃO É RECOMENDÁVEL O USO DE VITAMINA D PARA PREVENÇÃO OU TRATAMENTO DO COVID-19

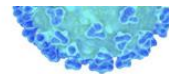
Data: 06/04/2020

Tem circulado nas redes sociais a informação de que a vitamina D é recomendada para proteger as pessoas do contágio e de complicações e mortes pela Síndrome Respiratória Aguda Grave pelo Coronavírus 2 (SARS-Co-V2). Sua plausibilidade teria sido sugerida pela maior ocorrência, na China e na Itália, de complicações graves em idosos, menos propensos ao hábito de tomar sol e, portanto, com menores taxas de vitamina D.

Segundo as notícias circulando nas redes sociais brasileiras, essa recomendação se apoiaria em um estudo realizado por cientistas da Universidade de Turim, que teria se difundido a partir de uma matéria do jornal italiano La Repubblica.

Na realidade, os professores de geriatria Giancarlo Isaia e de histologia Enzo Medico daquela Universidade, elaboraram o relatório “*Possibile ruolo preventivo e terapeutico della vitamina D nella gestione della pandemia da COVID-19*”, e o apresentaram na Academia de Medicina de Turim, sem terem publicado em revista científica revisada por pares, o que asseguraria credibilidade à proposição dos autores. No relatório, os autores teorizam sobre essa relação a partir do papel que a deficiência de vitamina D pode ter nas infecções respiratórias, como foi evidenciado em uma revisão sistemática e metanálise em 2017¹. De fato, os professores italianos limitaram-se a juntar argumentos a favor do uso preventivo em profissionais de saúde, que atuam na linha de frente da assistência, e em pessoas já contaminadas pelo coronavírus e seus contatos. Consideraram também o uso terapêutico em pacientes com complicações graves da doença. No entanto, os professores de Turim não realizaram ensaio clínico ou qualquer outro tipo de estudo, que demonstrasse a eficácia do tratamento que eles propõem.

O acúmulo de informações a respeito dos efeitos positivos da vitamina D sobre a imunidade e infecções virais do trato respiratório superior^{2,3} aponta para a necessidade de futuros estudos controlados, desenhados especificamente para testar a hipótese do



benefício do uso coadjuvante de vitamina D na SARS-CoV-2. No entanto, é muito importante enfatizar que a eficácia deste uso, seja na prevenção ou tratamento, jamais foi testada em ensaios clínicos, em qualquer centro de pesquisa. Do mesmo modo, não foram realizados estudos sobre o uso de vitamina D em pacientes acometidos por outros tipos de coronavírus, em epidemias anteriores (SARS-CoV-1 em 2002/2003 ou Síndrome Respiratória do Oriente Médio - MERS em 2012).

O próprio jornal La Repubblica, citado como fonte nas redes sociais brasileiras, publicou em 28 de março de 2020, uma matéria intitulada “[Vitamina D contro il Coronavirus? Solo un'ipotesi](#)”, de Tiziana Moriconi, na qual enfatiza a inexistência de estudos científicos que confirmem a eficácia da suplementação de vitamina D no tratamento de complicações do COVID-19, e alerta para a necessidade de cautela na veiculação dessa informação.

Nas últimas décadas, a deficiência de vitamina D tem sido associada a muitas condições não relacionadas ao sistema esquelético. No entanto, em que pese a existência de milhares de publicações científicas sobre o seu uso, os efeitos positivos desta suplementação para a saúde ainda são incertos⁴. Mesmo em relação aos efeitos sobre os ossos, a suplementação rotineira de vitamina D, com ou sem cálcio, não está associada a um menor risco de fraturas em idosos e, por isso, ela não tem sido mais recomendada⁵.

É também importante notar que o uso indiscriminado da suplementação de vitamina D nos últimos anos levou à ocorrência não rara de quadros de intoxicação, com grave aumento do cálcio e fosfato circulantes, que têm repercussão em diversos órgãos e sistemas do corpo. Nesta situação foram relatados sintomas como vômitos, perda do apetite, sede, excesso de ingestão hídrica e poliúria (produção aumentada de urina), perda de peso, além de obstipação intestinal⁶. Sendo assim, não é recomendável a sua utilização sem uma indicação médica precisa e sem evidências científicas da sua necessidade.

Em conclusão, com base nas evidências científicas atualmente existentes, **não se recomenda** a suplementação de Vitamina D para prevenção ou tratamento da COVID-19.

Referências

1. Martineau AR, Jolliffe DA, Hooper RL et al. Vitamin D supplementation to prevent acute respiratory tract infections: systematic review and meta-analysis of individual participant data. *BMJ*. 2017; 356: i6583.
2. Grant WB, et al. Evidence that Vitamin D Supplementation Could Reduce Risk of Influenza and COVID-19 Infections and Deaths. *Nutrients* 2020, 12, 988.
3. Autier P, et al. Effect of vitamin D supplementation on non-skeletal disorders: a systematic review of meta-analyses and randomised trials. *Lancet Diabetes Endocrinol*, 5 (12), 986-1004.
4. Jorde, R. RCTS are the only appropriate way to demonstrate the role of vitamin D in health. *Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology*. 2018; (177): 1-14.
5. Zhao JG, Zeng XT, Wang J, Liu L. Association Between Calcium or Vitamin D Supplementation and Fracture Incidence in Community-Dwelling Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA*. 2017; 318(24): 2466-2482.
6. Razzaque M. Can adverse effects of excessive vitamin D supplementation occur without developing hypervitaminosis D? *The Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology*. 2018; (180):81-86.

Nota elaborada pelo Grupo **COVID-19 - Estratégias de controle e os efeitos das iniciativas de contingência** da Rede CoVida - Ciência, Informação e Solidariedade