

Título: Evidence that vitamin D supplementation could reduce risk of Influenza and COVID-19 infections and deaths

Autores: Grant WB, Lahore H, McDonnell SL, Baggerly CA, French CB, Aliano JL, Bhattoa HP

Data da publicação: 1 de junho de 2020

Tipo do artigo: Revisão

Link: <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/4/988/htm>

Comentários:

Trata-se de uma revisão que objetiva discutir o papel da vitamina D na redução do risco de infecções respiratórias, bem como apresentar alguns mecanismos que poderiam explicar a ação da vitamina na resposta imunológica. Além da gripe, o surto de infecção pelo COVID-19 foi relacionado ao inverno, época em que há menor incidência de raios solares e maior risco de deficiência de vitamina D e alguns estudos mostraram resultado benéfico potencial da vitamina nessas condições.

Segundo os autores, existe efeito promissor da suplementação de vitamina em indivíduos com deficiência da vitamina D. A suplementação é recomendada com o objetivo de normalizar a concentração da vitamina no sangue, reduzindo assim o risco de infecção. Os autores sugerem ainda suplementar pessoas com risco de infecção e tratar indivíduos doentes com doses maiores da vitamina. Entre os mecanismos apresentados destacam-se a capacidade da vitamina D em modular as citocinas pró-inflamatórias e anti-inflamatórias e estimular a produção de substâncias que podem diminuir a replicação dos vírus.

Entretanto, ressalta-se que outros ensaios clínicos devam ser realizados a fim de se determinar as doses de suplementação adequadas e confirmar as recomendações propostas. Manter adequado o estado nutricional em vitamina D por meio da alimentação e hábitos saudáveis deve ser priorizado. A dosagem da

vitamina D sérica deve ser feita na população de risco para deficiência desta vitamina.