

Detección de la deficiencia de vitamina D en adultos

El Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force, USPSTF) publicó recientemente recomendaciones sobre la detección de la deficiencia de vitamina D en adultos.

¿Qué es la deficiencia de vitamina D?

La vitamina D es una vitamina liposoluble que desempeña un papel importante en la regulación del calcio y la salud ósea. Muy pocos alimentos contienen vitamina D de forma natural, aunque en los EE. UU. muchos alimentos se fortifican con vitamina D (como la leche, la leche maternizada para bebés y los cereales). La mayor parte de la vitamina D que utiliza el cuerpo la produce la piel como resultado de la exposición a la luz solar. Después de eso, el hígado y el riñón procesan la vitamina D para que sea útil para los huesos.

La deficiencia de vitamina D se produce cuando una persona no recibe suficiente vitamina D de la piel (mediante la exposición al sol) o de los alimentos, o cuando el hígado o el riñón tienen problemas para procesarla. Cada persona tiene un nivel diferente de necesidad de vitamina D, por lo que es difícil definir un nivel exacto de deficiencia. Una deficiencia significativa de vitamina D puede provocar problemas óseos tanto en niños (raquitismo, osteomalacia) como en adultos (osteomalacia, osteoporosis). Muchos estudios han sugerido vínculos entre la deficiencia de vitamina D y diversos problemas de salud, como depresión, caídas, fracturas, diabetes, cardiopatía, cáncer e infección; sin embargo, muchos de estos vínculos no son concluyentes.

¿Qué prueba se utiliza para detectar la deficiencia de vitamina D?

La detección de vitamina D se realiza mediante un análisis de sangre. La medición del nivel de 25-hidroxivitamina D total de una persona se considera actualmente el mejor indicador del estado de la vitamina D.

¿Cuál es la población que se tiene en cuenta para la detección de la deficiencia de vitamina D?

Esta recomendación se aplica a personas adultas no embarazadas que no presentan signos ni síntomas de deficiencia de vitamina D.

¿Cuáles son los posibles beneficios y perjuicios de la detección de la deficiencia de vitamina D?

El objetivo de la detección de la deficiencia de vitamina D es identificarla y tratarla antes de que se produzcan resultados clínicos adversos. Sin embargo, actualmente no hay suficiente evidencia para decir si la detección y el tratamiento de la deficiencia asintomática de vitamina D mejoran alguno de los problemas de salud descritos anteriormente.

Autor: Dra. Jill Jin, MPH

Afiliaciones del autor: Editora asociada, JAMA.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de interés: no se informan.

Detección de la deficiencia de vitamina D en adultos

La vitamina D es importante para la regulación del calcio y la salud ósea. Sin embargo, se desconoce si la detección de la deficiencia de vitamina D conduce a mejores resultados de salud.



Población

Personas adultas no embarazadas que no presentan signos ni síntomas de deficiencia de vitamina D.



Recomendación del USPSTF

El USPSTF concluye que la evidencia actual es insuficiente para evaluar el equilibrio entre los beneficios y los perjuicios de la detección de la deficiencia de vitamina D en adultos asintomáticos.

Parte del reto de la interpretación de los estudios es la definición variable de la deficiencia de vitamina D. La prueba de detección puede clasificar erróneamente a las personas con deficiencia de vitamina D debido a la variabilidad en los valores de corte y entre las diferentes pruebas. Otro posible perjuicio raro de la prueba de detección es el exceso de tratamiento con suplementos de vitamina D en dosis altas, lo que puede provocar toxicidad de la vitamina D.

¿Cuán contundente es la recomendación de la prueba de detección de la deficiencia de vitamina D?

Teniendo en cuenta la evidencia actual, el USPSTF concluye que no existe evidencia general sobre los beneficios de la detección de la deficiencia de vitamina D. Por lo tanto, no se puede determinar el equilibrio entre los beneficios y los perjuicios de la detección de la deficiencia de vitamina D en adultos asintomáticos.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.
https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/topic_search_results?topic_status=P

Para encontrar esta y otras hojas para el paciente de JAMA, visite la colección de información para pacientes en jamanetworkpatientpages.com.

La hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.