

## INFORMACIÓN CIENTÍFICA STEROGYL

### REDUCCIÓN DEL RIESGO DE FRACTURAS CON CALCIO Y VITAMINA D

*Lips P, Bouillon R, van Schoor NM, Vanderschueren D, et al.*

**Departamento de Endocrinología, Centro Médico de la Universidad de Amsterdam, Amsterdam, Países Bajos.**

#### Resumen

Se ha recomendado el tratamiento con calcio y vitamina D para las personas de edad avanzada, ya sean individuos autónomos o pacientes frágiles e institucionalizados, que presenten factores de riesgo como disminución de la densidad mineral ósea (DMO), fracturas osteoporóticas, incremento del remodelamiento óseo por hiperparatiroidismo secundario o incremento de la proclividad a sufrir caídas. Además, se ha observado que el tratamiento de la osteoporosis con bifosfonatos fue menos efectivo en pacientes con deficiencia de vitamina D.

La suplementación con calcio y vitamina D es un componente clave en la prevención y el tratamiento de la osteoporosis a menos que la ingesta de calcio y los niveles plasmáticos de la vitamina D sean óptimos. Para la prevención primaria de la enfermedad se debe indicar la suplementación a los sujetos con insuficiencias dietarias.

Se han propuesto diversos valores de corte para los niveles séricos de 25-hidroxi-vitamina D (25(OH)D) para definir la insuficiencia de vitamina D, en contraste con niveles adecuados de vitamina D, los que oscilan de 12 a 40 ng/ml (30 a 100 nmol/L). Nosotros sugerimos que 20 ng/ml (50 nmol/L) es el umbral apropiado como valor de corte para definir la insuficiencia de vitamina D en base a las relaciones entre las concentraciones plasmáticas de 25(OH)D, la DMO, el recambio óseo, la funcionalidad de miembros inferiores y las caídas. Por lo tanto, la suplementación debe estar dirigida generalmente a incrementar los niveles de 25(OH)D hasta que alcancen el rango de 20 a 30 ng/ml (50-75 nmol/L)

Este nivel puede ser logrado con una dosis de 800 UI/día de vitamina D, la dosis que ha sido empleada hasta la fecha en estudios exitosos para prevención de fracturas. Dado que el balance del calcio es afectado no solamente por los niveles de vitamina D sino también por la ingesta de calcio se sugiere asimismo que se cumplan las recomendaciones para una ingesta adecuada de calcio.

**Clinical Endocrinology (Oxford). 2010;73(3):277-85.**

Artículo completo disponible (en inglés) ante su solicitud en [departamentomedico@spedrogcaillon.com](mailto:departamentomedico@spedrogcaillon.com)