



Carta al Director

VITAMINA D, CALCIO Y ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Sr. Editor:

Leímos la revisión sistematizada realizada por Ródenas y colaboradores (1), donde se señala que el déficit de vitamina D favorece el desarrollo de la esclerosis múltiple, siendo por tanto recomendable su consumo vía suplementación. En el caso de las mujeres, su combinación con calcio, en especial en la etapa previa a la menopausia, sería fundamental para mejorar su calidad de vida ya que la vitamina D favorece su fijación en los huesos.

En este aspecto creemos importante complementar esta información señalando que las altas dosis de vitamina D pueden tener consecuencias negativas en la salud, como, por ejemplo, la generación de una sensación de fatiga, debilidad muscular y disfunción renal, entre otros efectos que pueden enmascarar el curso natural de la esclerosis múltiple progresiva; es decir, una hipervitaminosis de vitamina D puede confundirse con un avance acelerado de la enfermedad (2-4). Otro efecto del alto consumo de vitamina D es la hipercalcemia, que puede provocar una activación de las células T, lo cual ayudaría a perpetuar la enfermedad. Si bien no se han encontrado casos de este tipo en pacientes con esclerosis múltiple, es una posibilidad ante un consumo no controlado (4,5).

Dado que a nivel mundial es cada vez más frecuente encontrar personas con bajos niveles de vitamina D (6,7), lo cual es probable que se haya agravado por la pandemia iniciada en el año 2019, se ha promovido la producción de alimentos enriquecidos en vitamina D y calcio (8), lo cual implica que los pacientes con esclerosis múltiple, que ya están en un tratamiento de suplementación de vitamina D y calcio, si no están bajo una supervisión adecuada por parte de un profesional nutricionista, puedan llegar a una hipervitaminosis y desarrollar los efectos negativos ya mencionados.

Actualmente, las recomendaciones de dosis diarias van desde las 700 UI hasta valores por sobre las 4000 UI (2-5,7), por lo que los controles clínicos periódicos en relación con los niveles de vitamina D disponibles en sangre son importantes en los pacientes con esclerosis múltiple, ya que esta puede no solo variar en relación con la suplementación recibida sino también con el consumo o no de alimentos enriquecidos y la exposición al sol.

Lo importante es mantener niveles constantes y estar atento a los cambios en la sintomatología de los pacientes, de manera de poder diferenciar entre el curso natural de la esclerosis múltiple y una dosificación inadecuada de la vitamina D y el calcio.

Omar Silva-González¹, Ángel Roco-Videla²,
Nelson Maureira-Carsalade³

¹Programa de Magíster en Ciencias Químico-Biológicas. Facultad de Ciencias de Salud. Universidad Bernardo O'Higgins. Santiago, Chile. ²Facultad de Salud y Ciencias Sociales. Universidad de las Américas. Santiago, Chile. ³Departamento de Ingeniería Civil. Facultad de Ingeniería. Universidad Católica de la Santísima Concepción. Concepción, Chile

BIBLIOGRAFÍA

- Ródenas-Esteve I, Wanden-Berghe C, Sanz-Valero J. Efectos del estado nutricional en la enfermedad de la esclerosis múltiple: revisión sistemática. *Nutr Hop* 2018;35(1):211-23. DOI: 10.20960/nh.1229
- Hernández CT, Flores-Aldana M, Macías-Morales N, Rivera J F, Girón CH. Vitamina D y Esclerosis Múltiple: evidencia científica. *Neurología Argentina* 2013;5(4):250-8. DOI: 10.1016/j.neuarg.2013.08.010
- Nielsen OH, Rejnmark L, Moss AC. Role of vitamin D in the natural history of inflammatory bowel disease. *Journal of Crohn's and Colitis* 2018;12(6):742-52. DOI: 10.1093/ecco-jcc/jjy025
- Häusler D, Torke S, Weber MS. High-dose vitamin D-mediated hypercalcemia as a potential risk factor in central nervous system demyelinating disease. *Frontiers in Immunology* 2020;301. DOI: 10.3389/fimmu.2020.00301
- Berezowska M, Coe S, Dawes H. Effectiveness of vitamin D supplementation in the management of multiple sclerosis: a systematic review. *International journal of molecular sciences* 2019;20(6):1301. DOI: 10.3390/ijms20061301
- Casado E, Quesada JM, Naves M, Peris P, Jódar E, Giner M, et al. Recomendaciones de la SEIOMM en la prevención y tratamiento del déficit de vitamina D. *Revista de Osteoporosis y Metabolismo Mineral* 2021;13(2):84-97. DOI: 10.4321/S1889-836X2021000200007
- Martínez-Suárez V, Moreno-Villares J, Dalmau-Serra J. Recomendaciones de ingesta de calcio y vitamina D: posicionamiento del Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría. *Anales de Pediatría* 2012;77(1):e1-57. DOI: 10.1016/j.anpedi.2011.11.024
- Mesa-García M, Rodríguez Huertas J, Rodríguez Lara A, González Acevedo O. Leche y productos lácteos como vehículos de calcio y vitamina D: papel de las leches enriquecidas. *Nutrición Hospitalaria* 2019;36(4):962-73. DOI: 10.20960/nh.02570

Conflictos de interés: los autores no declaran ningún conflicto de interés.