

D bitamina, botiketarik haratago

Vitamin D, beyond pharmaceuticals

Beñat del Alba Iriarte ⁽¹⁾, Noelia Lopez Barba, Edurne Bereciartua Urbieto, Adolfo Garrido Chercoles ⁽²⁾, Maria Eugenia Alkiza Eizagirre ⁽³⁾ eta Mercedes Sota Bussele ⁽⁴⁾

Osakidetza. Bidasoa Ospitalea. Anali Klinikoan Zerbitzua ⁽¹⁾

Osakidetza. Donostia Unibertsitate Ospitalea. Anali Klinikoan Zerbitzua ⁽²⁾

Osakidetza. Bidasoa ESI. Medikuntza arloko Asistentzia Koordinatzeko zuzendaria ⁽³⁾

Donostia Ospitalea. Gipuzkoako Laborategietako Kudeaketa Klinikoko unitateburua ⁽⁴⁾

baiargitxo@gmail.com

1. Sarrera

D bitamina ezinbestekoa da kaltzioa xurgatzeko eta hezurak indartsu mantentzeko. Eguzkitan maiz eta denbora laburrean egoteak beharrezko kantitatea ematen dio biztanleriaren gehiengoari. Kopuru txiki bat, aldiz, dieta bidez (arain koipetsuak, haragia, arrautza gorringoak...) eskuratzen da.

D bitaminaren mailak odolean neurtzen dira, 25-hidroxi D bitamina -25(OH)D- analizatuz. Alabaina, ez dago 25(OH)D neurtzeko teknika estandarizaturik, urritasuna adierazten duten gutxiengo puntuak ez dira ebidentzian oinarritutako prozesu baten bitartez ezarri eta desadostasunak daude tratamendua hasteko erabili behar den maila serikoari dagokionez.

25(OH)D-ren kontzentrazioak aldakortasun handia du urtaroaren, adinaren, GMIren, arrazaren, azal-pigmentazioaren, eguzki-esposizioaren, elikaduraren, bizimoduaren eta faktore genetikoaren arabera, eta ezaugarri horiek kontuan hartu behar dira, laborategiari analisisa eskatzerakoan eta emaitzak interpretatzerakoan.

Nazioartean gertatu bezala, Osakidetzan 25(OH)D-ren determinazioek gora egin dute azken urteetan. Laborategiko proba eskatuenetarikoa da. Gainera, aldi berean hazi egin da D bitaminaren gehigarrien kontsumoa EAEn.

Orain arteko ebidentziak ez du frogatu D bitamina neurtzeak onura klinikoa duenik biztanleriarentzat, orokorrean, baldin eta sintomarik eta urritasun-arriskuko faktorerik ez badago. Gizartean, ordea, gehigarriak hartzea ohitura zabaldua da, eta kontsumoaren hazkundeak determinazio-kopurua handitzen du ezinbestean, ekinga biak justifikatuta egon ez arren.

2. Helburuak

Ikerketan finkatutako erreferentzia-balioak baliatuz, Gipuzkoako Laborategietako azken 5 urteetako emaitzak (2019-2023) berrikustea.

3. Metodoak

D bitaminari buruzko ikerketak eta Gipuzkoako Laborategietako datuak.

4. Emaitzak

Osakidetzaren erreferentzia-balioak ez datoz bat ikerketetan finkatutakoekin. Laborategi bakoitzak desberdinak erabiltzen ditu. D bitaminaren gutxiegitasunaren prebalentziaren gainestimazioa eragiten du biztanlerian.

Beñat del Alba Iriarte, Noelia Lopez Barba, Edurne Bereciartua Urbieto, Adolfo Garrido Chercoles , Maria Eugenia Alkiza Eizagirre eta Mercedes Sota Busselo

5. Ondorioak

Gutxiegitasun terminoa oker uler daiteke, biztanleriaren erdiaren eskakizunak beteko lituzketen maileri dagokielako. Analisisien eta gehigarrien hazkundean eragina izan lezake.

Ikerketa gehienek onartzen dute populazioaren %97,5entzat 20 ng/ml-tako kontzentrazioa aski dela hezur-oreka aproposa mantentzeko eta kantitate handian kaltegarria izan daitekeela.

Pertsona heldu osasuntsuen artean ez dago odoleko 25(OH)D mailak neurtzeko beharrik. Gehienek D bitamina nahikoa lor dezakete eguzki-esposizioaren bidez. Ez da botika gehigarririk hartzea gomendatzen. Kasu batzuetan bakarrik dira beharrezkoak: osteoporosia, malabsortzio-sindromeak, obesitatea...

Osakidetzako Laborategietan 25(OH)D-ren irizpideak aztertzeko, aldatzeko eta bateratzeko premia dago.

6. Bibliografia

- Asistentzia Sanitarioko Zuzendaritzako Informazio Sistemak. Osakidetza.
- Farmazia Zuzendaritzako Informazio Sistemak. Osasun Saila. Eusko Jaurlaritza.
- D bitamina helduengan: gainbaloratuta dago? INFAC buletina. 2020;28(1):1-10.
https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/cevime_infac_2020/eu_def/adjuntos/INFAC_Vol_28_1_D-bitamina.pdf
- Vitamina D: evidencias y controversias. INFAC. 2012;20(2):7-12. Eskuragarri:
https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/cevime_infac_2012/es_def/adjuntos/INFAC_Vol_20_n_2.pdf
- Indicaciones para la determinación de niveles séricos de vitamina D. Plan Director de la Red de Diagnóstico Biológico. Osakidetza 2015. Eskuragarri:
<https://www.osakidetza.eus/sites/Intranet/es/referencia-documental/Documentos%20compartidos/RecomendacionesVitD.pdf>
- Leache L, Saiz LC, Erviti J. Cribado y suplementación de vitamina D en adultos. Sol y sombras. Boletín de Información Farmacoterapéutica de Navarra (BIT). 2018;26(4):1-18
https://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Profesionales/Documentacion+y+publicaciones/Publicaciones+tematicas/Medicamento/BIT/Vol+26/BIT+26+N+4.htm#comienzoContenido
- US. Department of Health and Human Services. National Institutes of Health. Office of Dietary Supplements. Vitamin D. 2021. Eskuragarri:
<https://ods.od.nih.gov/factsheets/VitaminDHealthProfessional/>
- Agencia Gallega para la Gestión del Conocimiento en Salud (ACIS). Recomendaciones de uso adecuado de pruebas y suplementos de vitamina D en población general. Madrid: Osasun Ministeritza; 2021. Eskuragarri: https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2021/07/pa_10_avalua-t_vitamina-d.pdf
- Carbonell C. Vitamina D: indicaciones para el cribado y tratamiento. FMC. 2019;26(8):441-7. Eskuragarri: <https://www.fmc.es/es-vitamina-d-indicaciones-el-cribado-articulo-S1134207219301355>
- Demay MB, Pittas AG, Bikle DD, Diab DL, Kiely ME, Lazaretti-Castro M, et al. Vitamin D for the Prevention of Disease: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline. The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism. 2024; 00:1-41.
<https://doi.org/10.1210/clinem/dgae290>