Vitamina D podría reducir riesgos de infartos

Consumir suplementos que contengan vitamina D puede reducir el riesgo de eventos cardiovasculares graves, es la conclusión que arroja un estudio reciente que se realiza para determinar cuáles complementos vitamínicos podrían reducir considerablemente el riesgo de infarto.

De acuerdo con una nota del medio Sputnik, la investigación parte de esa creencia de que la vitamina D es buena para el organismo, pero el objetivo es precisar si tomarla como suplemento tiene beneficios reales para la salud.

“Nuestro ensayo reveló que la administración de suplementos de vitamina D puede reducir el riesgo de eventos cardiovasculares graves, y el efecto protector podría ser más marcado en quienes toman estatinas y otros fármacos para enfermedades cardíacas”, destacó la epidemióloga Rachel Neale, del Instituto de Investigación Médica Qimir Berghofer de Australia.

Aunque la investigación sólo informa de un pequeño cambio en el riesgo de sufrir un “acontecimiento cardiovascular importante” cuando se toma vitamina D, es ciertamente útil para averiguar la relación entre este y otros factores de salud.

“Se trata de un estudio que no es concluyente en cuanto a la relación causa-efecto, pero que cuenta con una muestra lo bastante grande –21.302 pacientes de entre 60 y 84 años–, lo cual significa que ahora se puede seguir trabajando para analizar la relación con más detalle”, dijo la especialista.

Experimento: Cinco años
Para llevar a cabo la investigación, a los participantes en el estudio se les administró un suplemento de vitamina D o un placebo durante un máximo de cinco años, y alrededor de 80 % de los del grupo de la vitamina D siguió tomando suplementos al final de esos cinco años.

En el grupo de la vitamina D, 6 % de los participantes sufrió un accidente cardiovascular grave, frente al 6,6 % de los que tomaron placebo.

En cuanto a los infartos de miocardio, la tasa fue 19 % inferior en el grupo de la vitamina D, mientras que no hubo diferencias en la tasa de ictus.

Con información de Últimas Noticias