

¿Pueden los suplementos de vitamina D mejorar el tratamiento del síndrome metabólico?



El síndrome metabólico afecta hasta una cuarta parte de los adultos y aumenta el riesgo de enfermedades más graves como la diabetes. La PhD, Parvin Babaei y sus colegas, trataron de determinar si la administración de suplementos de vitamina D pueden mejorar los resultados para los pacientes con síndrome metabólico.

El síndrome metabólico es un conjunto de condiciones que ocurren conjuntamente y pueden aumentar el riesgo de diabetes, enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares. Para que se considere que tiene síndrome metabólico, una persona debe presentar niveles altos de azúcar en la sangre, exceso de grasa en la cintura y niveles altos de colesterol y triglicéridos. Este síndrome está relacionado con el sobrepeso u obesidad y con la inactividad física, así como con la resistencia a la insulina. Aproximadamente una cuarta parte de todos los adultos presentan síndrome metabólico.

El ejercicio generalmente comprende parte del tratamiento para el síndrome metabólico, sin embargo, no todos los adultos muestran mejoras en su condición con el ejercicio. Se ha

demostrado que los bajos niveles de vitamina D alteran la función del metabolismo y causan resistencia a la insulina, ambos precursores del síndrome, así como disminuciones en la función cognitiva.

Babaei y sus colegas se propusieron mostrar si los niveles de vitamina D desempeñan un papel en la determinación de los beneficios del ejercicio como tratamiento para este síndrome. Los **resultados** fueron publicados recientemente en la revista Diabetology & Metabolic Syndrome.

Los investigadores utilizaron 80 ratas hembras como modelo experimental para evaluar las interacciones entre el estado de la vitamina D, el ejercicio y el síndrome metabólico. Realizaron una cirugía para extirpar los ovarios en 72 ratas, con el fin de imitar los efectos de la menopausia en las mujeres. Estas ratas se dividieron en grupos que recibieron diferentes niveles de vitamina D. Las ratas se entrenaron para correr en una cinta rodante durante un cierto período de tiempo, y se midieron sus características fisiológicas y físicas.

Las ratas que se sometieron a la cirugía de eliminación de ovarios ganaron peso, particularmente a lo largo de la cintura. Las diferencias entre los grupos con niveles altos y bajos de vitamina D fueron significativas. No hubo diferencias entre los grupos de vitamina D en la función cognitiva, y la suplementación con vitamina D adicional no tuvo ningún efecto. Sin embargo, la combinación de ejercicio y altos niveles de vitamina D mejoraron significativamente la función cognitiva y mejoró los niveles sanguíneos de biomarcadores vinculados a las mejoras del síndrome metabólico.

Los resultados de Babaei y sus colegas sugieren que la administración de suplementos de vitamina D podría mejorar los resultados para las personas a quienes se les prescribió ejercicio como parte de su tratamiento para el síndrome metabólico. Esto es probable debido al papel de la vitamina D como un regulador metabólico en relación con el metabolismo de las grasas. Sin embargo, estos resultados también sugieren que los niveles de vitamina D no están influyendo en el rendimiento cognitivo, y que el ejercicio mejora la función cognitiva a través de diferentes vías.

Referencia: Babaei et al. 2017. La vitamina D está asociada con ... Diabetol Metab Syndr 9:91.