

VIT D La vitamine D pourrait-elle prévenir les infections respiratoires aiguës?

Chez les sujets de tout âge, la supplémentation en vitamine D (D2 ou D3), quelle qu'en soit la durée, est associée à un risque relatif (RR) ajusté d'infection respiratoire aiguë (IRA) comparativement au placebo:

Explication

Une revue systématique a inclus 25 essais randomisés en double insu : la méta-analyse des données individuelles (11 000 participants) a montré que la vitamine D diminuait le RR d'IRA de 12 % en moyenne (RR = 0,88). L'effet était plus marqué chez les sujets fortement déficients au départ (25-hydroxy-vitamine D < 25 nmol/L ; RR = 0,30), voire ceux recevant une supplémentation quotidienne ou hebdomadaire (RR = 0,81) sans bolus additionnel, mais pas ceux traités en un ou plusieurs bolus.

Source :

Vitamin D supplementation to prevent acute respiratory tract infections: systematic review and meta-analysis of individual participant data

<https://www.bmj.com/content/356/bmj.i6583.long>