

# La suplementación regular de vitamina D podría reducir el riesgo de melanoma

---

Publicado el: 24-01-2023

Las personas que consumen suplementos de vitamina D con regularidad tienen una probabilidad significativamente menor de tener antecedentes de melanoma maligno o cualquier tipo de cáncer de piel que quienes no los ingieren, según investigadores finlandeses.

También se encontró una tendencia de beneficio con el uso ocasional en el estudio, publicado el 28 de diciembre en *Melanoma Research*, con cerca de 500 personas que asistían a una clínica de dermatología que notificaron sobre el uso de suplementos de vitamina D.

Los consumidores habituales tuvieron una reducción significativa de 55% en las probabilidades de tener un diagnóstico de melanoma pasado o presente, mientras que el uso ocasional se asoció con una reducción no significativa de 46%. La reducción fue similar para todos los tipos de cáncer de piel.

Sin embargo, la autora principal, Dra. Ilkka T. Harvima, Ph. D., del Departamento de Dermatología, de la *University of Eastern Finland* y el *Kuopio University Hospital*, ambos en Kuopio, Finlandia, advirtió que su estudio tiene limitaciones ya que, a pesar de controlar varios posibles factores de confusión, "todavía es posible que otros factores, aún no identificados o no probados, puedan influir en el resultado actual".

En consecuencia, "el vínculo causal entre la vitamina D y el melanoma no puede confirmarse con los resultados actuales", aclaró la Dra. Harvima en un comunicado.

Incluso si se probara el vínculo, "queda por responder la pregunta sobre la dosis óptima de vitamina D oral para que tenga efectos beneficiosos", comentó.

"Hasta que sepamos más, deben seguirse las recomendaciones nacionales de ingesta".

## Melanoma en aumento

La incidencia de melanoma maligno cutáneo y otros tumores malignos de piel ha sido cada vez más constante en las poblaciones occidentales, particularmente en individuos inmunodeprimidos, informaron los autores, y atribuyeron el aumento a una mayor exposición a la radiación ultravioleta.

Si bien la exposición a la radiación ultravioleta es un factor de riesgo bien conocido, "la otra cara de la moneda es que las campañas públicas de protección solar han generado alertas de que la exposición solar insuficiente es un problema de salud pública importante, lo que resulta en un nivel insuficiente de vitamina D".

Para su estudio, el equipo revisó los registros de 498 pacientes de 21 a 79 años de edad en una clínica ambulatoria de dermatología donde un dermatólogo experimentado consideró que estaban en riesgo de cualquier tipo de cáncer de piel.

Entre estos pacientes, 295 individuos tenían antecedentes de malignidad cutánea presente o

pasada, con 100 diagnosticados con melanoma, 213 con carcinoma de células basales y 41 con carcinoma de células escamosas. Otros 70 sujetos tenían otros tipos de cáncer, incluidos tumores malignos de mama, próstata, riñón, vejiga, intestino y hematológicos. Un subgrupo de 96 pacientes con inmunosupresión se consideró por separado.

Se categorizó a 402 pacientes, según su uso autonotificado de preparaciones orales de vitamina D, como no usuarios ( $n = 99$ ), usuarios ocasionales ( $n = 126$ ) y usuarios regulares ( $n = 177$ ).

El uso regular de vitamina D se asoció con tener más educación ( $p = 0,032$ ), trabajar al aire libre con menos frecuencia ( $p = 0,003$ ), menos paquetes de tabaco por año ( $p = 0,001$ ) y una exposición indirecta al sol más frecuente ( $p = 0,002$ ).

No hubo una asociación significativa entre el uso de vitamina D y el fotoenvejecimiento, las queratosis actínicas, los nevos, el carcinoma de células basales o escamosas, el índice de masa corporal o la exposición autoestimada a la luz solar o las quemaduras solares durante toda la vida.

Sin embargo, hubo asociaciones significativas entre el uso regular de vitamina D y una menor incidencia de melanoma y otros tipos de cáncer.

Hubo significativamente menos individuos en el grupo de uso regular de vitamina D con antecedentes de melanoma en el pasado o presente, en comparación con el grupo que no usó, 18,1% frente a 32,3% ( $p = 0,021$ ), o cualquier tipo de cáncer de piel, en 62,1% frente a 74,7% ( $p = 0,027$ ).

El análisis de regresión logística multivariable reveló que el uso regular de vitamina D se asoció significativamente con un riesgo reducido de melanoma, con un *odds ratio* frente a la falta de uso de 0,447 ( $p = 0,016$ ).

El uso ocasional se asoció con un riesgo reducido, aunque no significativo, con un *odds ratio* frente a la no utilización de 0,540 ( $p = 0,08$ ).

Para cualquier tipo de cáncer de piel, el uso regular de vitamina D se asoció con un *odds ratio* frente al no uso de 0,478 ( $p = 0,032$ ), mientras que para el uso ocasional de vitamina D fue de 0,543 ( $p = 0,061$ ).

Se obtuvieron resultados "algo similares" cuando los investigadores observaron el subgrupo de personas inmunocomprometidas, aunque indicaron que "el número de sujetos fue bajo".

**Fuente:** <https://netsaluti.com>