



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 242/2598 - CUANDO SOLO EL 5-10% DE LOS PACIENTES ESTÁ DENTRO DE LA NORMALIDAD TENEMOS UN PROBLEMA. HABLAMOS DE LA VITAMINA D

F. Tamarit Corella

Médico de Familia. Centro de Salud de Salt. Gerona.

### Resumen

**Objetivos:** Es conocido el papel de la vitD en relación al metabolismo fosfocálcico en el hueso y menos en relación a su papel en patologías cardiovasculares, cáncer, infecciones y sistema inmunitario e inflamatorio. Existe un desconocimiento de la misma en las consultas y diferentes estudios nos alertan de un problema de deficiencia importante. El objetivo es conocer la prevalencia de niveles de vitD (calcidiol 25(OH)D en un cupo aleatorio de medicina general.

**Metodología:** Durante seis meses, en un cupo de 1.525 pacientes, en todos los análisis que hemos pedido por cualquier motivo (muestra sistemática), se ha incluido los niveles de calcidiol 25(OH)D en ng/ml. Se ha considerado la normalidad según los parámetros del laboratorio: deficiencia grave 0-10, deficiencia 10-20, insuficiencia 20-30, niveles adecuados 30-80 e intoxicación > 100. Trabajamos en un pueblo con una alta tasa inmigratoria del 43% y estudiamos si había diferencias en relación a los autóctonos. Presentamos los resultados preliminares con los análisis del mes de marzo 2017.

**Resultados:** Se realizaron 666 visitas en 22 días y de ellas se hicieron analíticas en n = 274 (41,14 de ellas). Mayor presencia de mujeres 151 (55,11%). Inmigrantes 79 (28,83%). Niveles 0-10 deficiencia severa en 85 (el 31,02%) 64 mujeres y 37 inmigrantes, deficiencia en 128 (46,71%), 70 mujeres y 29 inmigrantes, insuficiencia en 64 (23,35%), 30 mujeres y 10 inmigrantes. Niveles adecuados > 30 solamente en 15 (5,47%), 7 mujeres y 3 inmigrantes, de ellos 5 con niveles superiores a 40 ng/ml. En pacientes con edad superior a 85 años de 20 pacientes, 19 con deficiencia y uno con insuficiencia. De 65-85 años de 77 hechos 52 deficientes y 15 con niveles insuficientes.

**Conclusiones:** Es un desastre el abordaje que desde primaria no/se hace con la vitD a pesar de su evidente relación con casi todas las patologías y no solo con el metabolismo óseo. Quizás habría que plantear grupos de riesgo: mujeres, inmigrantes, tercera edad. Desconocimiento/formación nula en relación a cómo están nuestros pacientes y cómo abordarlo. Tomar el sol 15 minutos, suplementos en relación a los niveles hallados, cambios dietéticos, solicitar una analítica, tan fácil como eso.

**Palabras clave:** Hipovitaminosis. Prevención. Educación.