



SAÚDE

Vale a pena tomar vitamina D para evitar a Covid-19? Entenda

Revisão oficial de pesquisas levantou informações sobre a deficiência do nutriente e critica baixa qualidade das pesquisas realizadas

JULIANA CONTAIFER

18/12/2020 5:00, ATUALIZADO 17/12/2020 20:56

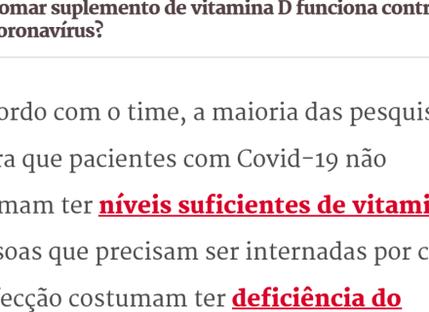
PIXABAY/DIVULGAÇÃO



Uma revisão de estudos ordenada pelo ministro da saúde britânico, Matt Hancock, chegou à conclusão que não há evidências suficientes para recomendar o **uso de vitamina D para prevenir a Covid-19** ou tratar pacientes com a doença.

Desde os início da pandemia, circulam aconselhamentos sugerindo que o micronutriente deve ser suplementado diariamente.

CONTINUA DEPOIS DA PUBLICIDADE



O grupo britânico de especialistas analisou pesquisas feitas em vários países antes de bater o martelo. Segundo eles, os estudos divulgados são de baixa qualidade, poucas vezes com amostras grandes o suficiente ou usando o método duplo-cego, considerado padrão ouro em trabalhos científicos.

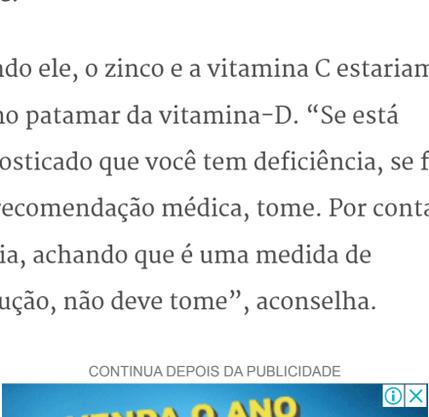
MAIS SOBRE O ASSUNTO

- 1** Falta de vitaminas e minerais pode abrir espaço para doenças oportunistas
- 2** Estudo mostra que 82% dos internados com Covid-19 tinham baixa vitamina D
- 3** Covid-19: novo estudo sugere que falta de vitamina D eleva risco de morte
- 4** Tomar suplemento de vitamina D funciona contra coronavírus?

De acordo com o time, a maioria das pesquisas mostra que pacientes com Covid-19 não costumam ter **níveis suficientes de vitamina D** e pessoas que precisam ser internadas por conta da infecção costumam ter **deficiência do nutriente**.

Porém, ainda não se sabe se a falta de vitamina D torna o paciente mais vulnerável ou se o coronavírus causa a **queda brusca** nos seus níveis. Também não foi comprovado se a suplementação durante o tratamento faz diferença no desenrolar da infecção.

CONTINUA DEPOIS DA PUBLICIDADE



“Enquanto as pesquisas sobre o impacto da vitamina D na Covid-19 continuam, estamos monitorando evidências enquanto são publicadas e vamos atualizar as recomendações, se necessário”, afirma Paul Chrisp, diretor responsável pelo levantamento, ao jornal Daily Mail.

Especialista

O infectologista José David Urbaez, diretor científico da Sociedade de Infectologia do Distrito Federal, reforça que a população não deve procurar soluções milagrosas contra a Covid-19.

“As pessoas precisam se concentrar em fatos, naquilo que já tem comprovação científica. Em relação ao coronavírus, é manter distanciamento, lavar as mãos e usar máscaras”, insiste.

Segundo ele, o zinco e a vitamina C estariam no mesmo patamar da vitamina-D. “Se está diagnosticado que você tem deficiência, se foi uma recomendação médica, tome. Por conta própria, achando que é uma medida de precaução, não deve tome”, aconselha.

CONTINUA DEPOIS DA PUBLICIDADE



1/12

— Moises Dias/Metrópoles

SAÚDE, VITAMINA D, CORONAVÍRUS, COVID-19

VER COMENTÁRIOS

RECOMENDADOS Smartfeed

Antonia Morais surge platinada e ganha elogios de atores
Metrópoles

Bigode chinês: Especialista ensina como suavizá-lo em 40 segundos
diatena.com.br

Corpo para 2021: Anvisa libera nova pílula emagrecedora que age na...
Liposil - Emagrecedor

Oferta no Yaris com transmissão automática, é só esse mês
Toyota

Como Corrigir o Envelhecimento da Pele (Faça Isso Todos os Dias)
Dr. Rafael Freitas

Nutricionista revela como queimar gordura abdominal
Receitas Modernas

Relembre os famosos que apadrinharam Marina Ruy Barbo...
Metrópoles

CONTINUA DEPOIS DA PUBLICIDADE

ÚLTIMAS NOTÍCIAS

FUTEBOL
Time gay vai disputar campeonato de futebol com 32 equipes no DF

MUNDO
Preso homem que atacou Congresso dos EUA com blusa em referência ao nazismo

DISTRITO FEDERAL
Manutenção em reservatório deixa região do DF sem água nesta quinta-feira

POLÍTICA
PP anuncia apoio a Rodrigo Pacheco (DEM) à presidência do Senado

ECONOMIA
Governo decide antecipar 13º de aposentados do INSS e abono salarial

RECOMENDADOS Smartfeed

- Artrite e artrose: em entrevista exclusiva, médico revela tratamento natural que elimina a dor**
- Lipoaspiração em cápsula suga a gordura profunda do corpo em poucas semanas**
- Calvície: Anvisa libera pílula contra calvície para homens acima dos 40 anos**