

Quel est l'effet de la vitamine D sur la Covid?



Sources alimentaires de vitamine D

Plusieurs études ont mis en avant les bienfaits possibles d'une supplémentation en vitamine D pour prévenir les formes graves de la Covid-19. La dernière en date, une étude française baptisée COVIT-TRIAL et publiée le 31 mai 2022 dans la revue scientifique Plos Medicine (<https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1003999>) par le CHU d'Angers (dans le Maine-et-Loire) confirme, dans un essai contrôlé randomisé (260 patients en Ehpad, âgés de 65 ans et plus, atteints de Covid avec des critères d'évolution défavorables) que l'administration précoce (administrée dans les 72 heures suivant le diagnostic) de vitamine D3 à forte dose aux patients âgés à risque, atteints de COVID-19 améliorerait la mortalité globale dès le 6e jour de traitement, avec un pic le 14e jour (l'effet n'était plus observé après 28 jours).

Une autre étude, publiée le 14 septembre 2021 dans la revue spécialisée Scientific Reports, a été menée conjointement par le Trinity College à Dublin (Irlande) et l'Université d'Edimbourg (Ecosse) (<https://www.nature.com/articles/s41598-021-97679-5>) auprès de 417342 participants de la Biobanque britannique. Les chercheurs ont examiné pour la première fois le niveau de vitamine D prédit génétiquement et celui par UVB. Résultat : un fort rayonnement UVB de l'environnement du patient, par le soleil par exemple, avant l'infection au Covid-19 réduirait ses risques d'hospitalisation et de décès.

Ce résultat confirme ceux de l'étude menée par le Dr Sweta Chekuri, de l'Albert Einstein College of Medicine à New York (<https://www.eurekalert.org/news-releases/589515>) auprès de 124 patients adultes à faibles niveaux de vitamine D, mesurés 90 jours avant leur hospitalisation pour Covid-19. Les chercheurs ont observé que les patients ayant reçu la supplémentation sont moins susceptibles d'avoir besoin d'une ventilation et ont un risque de décès réduit.

En janvier 2021, 73 experts francophones et 6 sociétés savantes françaises réunis autour du Pr Cédric Annweiler, chef du service de Gériatrie au CHU d'Angers, et du Pr Jean-Claude Souberbielle, tous deux spécialistes de la vitamine D, appelaient à supplémenter en vitamine D la population française dans son ensemble, et pas uniquement les personnes âgées ou à risque de forme grave de COVID-19.

«Un nombre croissant d'études scientifiques montrent que la supplémentation en vitamine D (sans remplacer la vaccination) pourrait contribuer à réduire l'infection par le SARS-CoV-2 ainsi que le risque de formes graves de COVID-19, de passages en réanimation et de décès» indique un communiqué (<https://sfgg.org/espace-presse/communiqués-de-presse/covid-19-73-experts-appellent-a-supplémenter-lensemble-de-la-population-francaise-en-vitamine-d/>) de la Société française de gériatrie et de gérontologie qui a soutenu la démarche.

Cette supplémentation devrait se faire avant l'infection par le virus ou dès son diagnostic. Selon ces scientifiques, la

vitamine D modulerait l'expression du récepteur de l'ACE2, utilisé par le virus pour infecter les cellules humaines; régulerait l'immunité cellulaire innée et adaptative via la production de peptides qui ont une activité antivirale et anti-inflammatoire et préviendrait l'hypovitaminose qui semble être un facteur de risque de forme grave de la Covid-19.

Une étude espagnole publiée le 27 octobre 2020 dans le Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism (<https://academic.oup.com/jcem/article/106/3/e1343/5934827>) a montré que parmi 216 personnes hospitalisées à cause du Covid-19, 82% présentaient un déficit en vitamine D.

Les données préliminaires de chercheurs norvégiens (<https://oslo-universitetssykehus.no/kliniske-studier/forebygging-av-covid-19-med-tran>) de l'hôpital universitaire d'Oslo ont suggéré que les utilisateurs d'huile de foie de morue peuvent avoir un risque réduit de Covid-19 et un risque plus faible de maladies graves s'ils sont infectés.

En avril 2020, une étude préliminaire publiée sur MEDRXIV a montré que les personnes carencées en vitamine D avaient 15% de risque supplémentaire de développer une forme sévère de la maladie Covid-19 et deux fois plus de risques de décès que les personnes qui ne sont pas carencées.

Dr Bruno Bourgeon, président d'AID <http://www.aid97400.re>