



## NEWSLETTER ISBE & COCHRANE PORTUGAL

29 SETEMBRO 2022 | Nº 216

Esta Newsletter (NL) resulta de uma parceria entre o Instituto de Saúde Baseada na Evidência e a Cochrane Portugal, e tem como objectivo disponibilizar informação sobre áreas importantes para a prática clínica, com base na melhor evidência científica disponível. São incluídos estudos relevantes, criticamente avaliados pela sua validade, importância dos resultados e aplicabilidade prática, resumos numa óptica de suporte à decisão. É dada prioridade a estudos de causalidade incluindo-se ainda, quando justificado, estudos qualitativos e metodológicos, assim como revisões científicas. O conteúdo da NL é da exclusiva responsabilidade do(s) seu(s) autor(es).

### A vitamina D não diminui a incidência de COVID-19 e de outras infeções respiratórias

**Referência:** Brunvoll S et al. Prevention of covid-19 and other acute respiratory infections with cod liver oil supplementation, a low dose vitamin D supplement: quadruple blinded, randomised placebo controlled trial BMJ 2022; 378: e071245 [doi:10.1136/bmj-2022-071245](https://doi.org/10.1136/bmj-2022-071245)

**Análise do estudo:** este ensaio clínico, aleatorizado e controlado, destinou-se a comparar a ingestão diária de óleo de fígado de bacalhau com um placebo, na incidência de covid-19, covid-19 grave e outras infeções respiratórias, em doentes adultos com 18 a 75 anos de idade (excluindo-se doentes com doença renal crónica, hipercalcemia e quem tivesse toma habitual de suplementos de vitamina D). O óleo de fígado de bacalhau contém por cada 5 mL vitamina D e certos ácidos gordos ómega-3, em quantidade suficiente para perfazer a ingestão diária recomendada. A evidência destes compostos poderem prevenir infeções respiratórias é limitada, embora revisões passadas tenham sugerido um possível efeito benéfico da toma de vitamina D (doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.i6583>).

A amostra final foi constituída por 34.601 doentes com idade média de 44,9 anos e 35,4% homens. Os doentes foram aleatorizados 1:1 para dois grupos: o grupo experimental (GE), com 17.349 participantes, que cumpriu toma diária de 5 mL de óleo de fígado de bacalhau (contendo 10ug de vitamina D) e o grupo de controlo (GC), com 17.392 participantes, com toma diária de 5 mL de óleo de milho, ambos com sabor e aroma idênticos. Dos resultados (*outcomes*) primários avaliados foram as incidências de covid-19, covid-19 grave e a de outra infeção respiratória aguda (sendo esta última obtida por auto-reporte). A análise foi por intenção-de-tratar. Os resultados, parciais, encontram-se na tabela.

|                            | GE (n=17278)            | GC (n=17323)          | Risco relativo (95% IC)    |
|----------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------|
|                            | Risco absoluto (95% IC) |                       |                            |
| Infeção COVID-19           | 1,31 (1,13 a 1,50)      | 1,32 (1,13 a 1,50)    | 1,00 (0,82 a 1,22), p=0,98 |
| COVID-19 grave             | 0,70 (0,55 a 0,85)      | 0,58 (0,45 a 0,72)    | 1,20 (0,87 a 1,65), p=0,17 |
| Infeção respiratória aguda | 22,94 (21,98 a 24,00)   | 22,13 (21,09 a 23,17) | 1,04 (0,97 a 1,11), p=0,07 |

Em relação aos resultados secundários, incluindo ocorrência de eventos adversos, em nenhum deles foram encontradas diferenças significativas entre os dois grupos. A ausência de diferenças na incidência de infeções respiratórias manteve-se em análises de subgrupos tendo em conta o sexo, idade, IMC, uso de suplementos de vitamina D, estado vacinal (no caso da covid-19) e adesão estrita à toma de óleo de fígado de bacalhau.

**Aplicação prática:** Este ensaio clínico de excelente qualidade metodológica reportou que a suplementação diária com óleo de fígado de bacalhau durante 6 meses (e durante a pandemia SARS-CoV-2) não parecer ter reduzido a incidência de infeção por covid-19 (ligeira ou grave) nem de outras infeções respiratórias agudas. Ressalva-se que ficam por conhecer eventuais benefícios desta suplementação a mais longo prazo.

Nuno Lupi Manso, António Vaz Carneiro