

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

**SUPLEMENTAÇÃO DE VITAMINA D EM DOENÇAS
CARDIOVASCULARES: DESFECHOS NA POPULAÇÃO IDOSA.**

**AZUCENA LIMA ORUEZABAL¹;
LAVÍNIA DE FREITAS MELO²;
THAÍS SANTOS DAMASCENO³;
EMANUELE BARROS DOMINGOS⁴;
KARLA PINHEIRO CAVALCANTE⁵;**

¹Centro Universitário Fametro – Fametro; azucena.oruezabal01@aluno.ufametro.edu.br;

²Centro Universitário Fametro – Unifametro; lavinia.melo@aluno.ufametro.edu.br;

³Centro Universitário Fametro – Unifametro; thais.damasceno@aluno.ufametro.edu.br;

⁴Centro Universitário Fametro – Unifametro; emanuele.barrosnutri@gmail.com;

⁵Centro Universitário Fametro – Unifametro karla.cavalcante@professor.ufametro.edu.br.

Área Temática: Nutrição Clínica

Introdução: A vitamina D é um hormônio essencial que atua na regulação do metabolismo ósseo, na função muscular e na resposta imunológica. Nos últimos anos, a deficiência de vitamina D tem sido associada a diversas condições crônicas, entre elas as doenças cardiovasculares (DCV), que acometem o coração e os vasos sanguíneos e figuram como uma das principais causas de morte entre idosos no Brasil. Estima-se que cerca de 68,9% da população idosa brasileira apresenta hipovitaminose D, chegando a 79,6% na região Sul, enquanto as DCV representam aproximadamente 27,7% dos óbitos no país. Com o envelhecimento, há um declínio progressivo das funções fisiológicas que pode ser identificado por meio de índices de fragilidade clínica. Essa fragilidade está relacionada ao aumento do risco de eventos adversos à saúde, incluindo quedas hospitalizações e mortalidade por causas cardiovasculares (Saraiva *et al.*, 2007). Nesse contexto, a suplementação de vitamina D tem sido proposta como estratégia preventiva, dada a sua possível atuação em processos inflamatórios, função endotelial e no sistema renina-angiotensina, mecanismos envolvidos na fisiopatologia das DCV (Thompson *et al.*, 2024). **Objetivos:** Revisar na literatura os possíveis impactos da suplementação de vitamina D nas doenças cardiovasculares dentre a população idosa. **Métodos:** Trata-se de uma Revisão de literatura realizada em abril de 2025, a partir da seguinte pergunta norteadora: "Qual a repercussão da suplementação de

XI JORNADA DE NUTRIÇÃO

CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

vitamina D na saúde cardiovascular de idosos". Foram incluídos estudos nas línguas portuguesa e inglesa publicados entre os anos de 2020 até 2025, provados pela base de dados PubMed. Utilizaram-se cruzamentos dos descritores da Saúde (DECs): "Vitamin D", "Heart Disease" e "Aged", junto com o operador booleano "AND" e filtragem para texto gratuito e faixa etária de 65 anos ou mais, foram excluídas outras revisões de literatura.

Resultados: A análise dos estudos selecionados, evidenciou-se que a suplementação de vitamina D nos idosos apresenta repercussões limitadas sobre a saúde cardiovascular. Em Thompson *et al.* (2023), a administração mensal de 60.000 UI de vitamina D3 mostrou uma leve redução na incidência de eventos cardiovasculares maiores, no entanto a diferença absoluta foi pequena e estatisticamente não significativa. Virtanen *et al.* (2022) e Limonte *et al.* (2022), por sua vez, também não observaram redução na incidência de doenças cardiovasculares com diferentes doses diárias de vitamina D3, ainda que as suplementações tenham sido bem toleradas e seguras na amostra. No estudo de Diederichsen *et al.* (2022), a suplementação combinada de vitamina D com vitamina K2 não foi eficaz para retardar a progressão de calcificação da válvula aórtica, reforçando a complexidade dos mecanismos envolvidos nas doenças cardiovasculares. Já Albert *et al.* (2021) investigaram o impacto da vitamina D na prevenção de fibrilação atrial e também não encontraram efeito significativo.

Conclusão/Considerações finais: Dessa forma, os achados sugerem que, embora a suplementação de vitamina D seja segura em idosos, sua repercussão direta na prevenção ou melhora de desfechos cardiovasculares ainda é limitada e de baixa significância. São necessários mais estudos com delineamentos robustos e populações específicas para compreender o real papel desta vitamina na saúde cardiovascular do idoso.

Referências:

- ALBERT, C. M. *et al.* Effect of Marine Omega-3 Fatty Acid and Vitamin D Supplementation on Incident Atrial Fibrillation. **JAMA**: Estados Unidos, v. 325, n. 11, p. 1061, 2021.
- DIEDERICHSEN, A. C. P. *et al.* Vitamin K2 and D in Patients With Aortic Valve Calcification: A Randomized Double-Blinded Clinical Trial. **Circulation**: Estados Unidos, v. 145, n. 18, p. 1387–1397, 2022.
- LIMONTE, C. P. *et al.* Effects of Vitamin D3 Supplementation on Cardiovascular and Cancer Outcomes by eGFR in VITAL. **Kidney360**: Estados Unidos, v. 3, n. 12, p. 2095–2105, 31 out. 2022.

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

THOMPSON, B. *et al.* Vitamin D supplementation and major cardiovascular events: D-Health randomised controlled trial. **BMJ**: Reino Unido, v. 381, p. e075230, 2023.

VIRTANEN, J. K. *et al.* Vitamin D supplementation and prevention of cardiovascular disease and cancer in the Finnish Vitamin D Trial: a randomized controlled trial. **The American Journal of Clinical Nutrition**: Estados Unidos, v. 115, n. 5, p. 1300–1310, 2022.

Palavras-chave: 1. Nutrição do idoso; 2. Vitamina D; 3. Doenças Cardiovasculares.