

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Orthomolecular Medicine News Service, 13 de fevereiro de 2025

Deficiência de vitamina D causa suscetibilidade, complicações e mortalidade à Covid-19

Dr. Richard Z. Cheng, Ph.D.



Introdução

A medicina ortomolecular, que usa doses ótimas de nutrientes para manter a saúde e tratar doenças, tem ganhado cada vez mais atenção nos últimos anos, especialmente por seu papel no suporte à saúde imunológica. Um dos exemplos mais proeminentes é o uso da **vitamina D3** para aumentar a imunidade, particularmente no contexto da COVID-19. Uma revisão recente do **Dr. Sunil Wimalawansa, que foi um dos membros do nosso Fórum Internacional de Especialistas em Vitamina D de 2024 (1)**, revisou mais de 300 ensaios clínicos e concluiu que há uma **relação causal entre a deficiência de vitamina D e a Suscetibilidade, Complicações e Mortalidade do SARS-CoV-2 (2)**.

A eficácia da vitamina D3 e do calcifediol no aumento da imunidade

O estudo do Dr. Wimalawansa, publicado em *Nutrients*, em 6 de fevereiro de 2025, compilou resultados de mais de 300 ensaios clínicos, confirmando que **a vitamina D3 e o calcifediol** são altamente eficazes na redução da gravidade e progressão da COVID-19. **Essas duas formas de vitamina D reduziram o risco de infecção, complicações, hospitalização e morte em 50%. É importante ressaltar que esses**

nutrientes superam todas as terapias para COVID-19 aprovadas pela FDA atualmente disponíveis, que geralmente são caras e têm eficácia limitada .

A vitamina D é bem conhecida por seu papel na modulação do sistema imunológico, ajudando o corpo a responder a infecções de forma mais eficaz. No caso da COVID-19, indivíduos com níveis mais altos de vitamina D demonstraram ter um risco significativamente menor de resultados graves. Tanto a vitamina D3 quanto o calcifediol, sendo formas altamente biodisponíveis de vitamina D, são considerados especialmente eficazes na manutenção da função imunológica ideal.

Economia e acessibilidade

Outra vantagem fundamental da **imunidade nutricional ortomolecular** , incluindo vitamina D3 e calcifediol, é a **relação custo-eficácia** . Em comparação com as terapias patenteadas e aprovadas pela FDA para COVID-19, a vitamina D3 e o calcifediol são significativamente menos caros, custando apenas **"A US\$ 2/paciente, a suplementação de D3 é muito mais barata do que os custos de hospitalização e mais eficaz do que as intervenções padrão"** (2) . O fardo econômico de depender de tratamentos farmacêuticos de alto custo para condições generalizadas como a COVID-19 pode ser impressionante, especialmente quando muitos desses tratamentos são apenas marginalmente eficazes ou exigem uso a longo prazo.

A vitamina D3 e o calcifediol, por outro lado, são acessíveis, amplamente disponíveis e exigem suplementação mínima para atingir efeitos benéficos, tornando-os uma opção mais acessível tanto para indivíduos quanto para sistemas de saúde. Incorporar esses nutrientes de baixo custo em cuidados de rotina pode levar a **economias significativas de custos** no gerenciamento de doenças infecciosas, reduzindo as despesas gerais de saúde relacionadas à hospitalização e complicações.

Segurança e efeitos colaterais mínimos

Outra grande vantagem da **vitamina D3 e do calcifediol** é seu perfil de segurança, especialmente quando o nível sanguíneo de vitamina D3 é mantido entre 50 e 100 ng/ml (2-4) . Para a maioria dos indivíduos, as doses de vitamina D3 que atingem esses níveis são de 2.000 a 10.000 UI/d (50 a 250 mcg/d, ou aproximadamente 32 UI/lb [70 UI/kg] de peso corporal para um adulto não obeso). Essas doses são bem toleradas pela maioria dos indivíduos. Ao contrário de muitos medicamentos farmacêuticos, que podem ter uma série de efeitos colaterais - de leves a graves - a vitamina D3 e o calcifediol geralmente têm muito poucos efeitos adversos quando usados nas quantidades recomendadas.

O efeito colateral mais comum da ingestão excessiva de vitamina D é a **hipercalcemia** (níveis elevados de cálcio), mas isso é raro e geralmente ocorre apenas com altas doses prolongadas que excedem em muito a ingestão diária recomendada. Para a maioria das pessoas, a suplementação de vitamina D é segura, e o corpo tem mecanismos para regular seu uso. Isso torna os tratamentos à base de vitamina D muito mais seguros e sustentáveis a longo prazo do que muitos outros medicamentos com efeitos colaterais mais extensos.

Conclusão e Chamado à Ação

As evidências são irrefutáveis: a vitamina D3 e o calcifediol devem ser tratamentos fundamentais, juntamente com outras vitaminas e micronutrientes essenciais, para aumentar a imunidade, mitigar a gravidade da infecção e prevenir resultados adversos em doenças como a COVID-19 e quaisquer epidemias ou pandemias futuras de **causas conhecidas ou desconhecidas** (5). Apoiada por mais de 300 ensaios clínicos, a vitamina D demonstrou a capacidade de reduzir infecções, complicações, hospitalizações e mortes em aproximadamente 50%, superando as atuais terapias para COVID-19 aprovadas pela FDA.

Dado o forte histórico da vitamina D3 em termos de segurança, acessibilidade e eficácia, está claro que esperar por estudos adicionais é desnecessário. O momento de integrar a vitamina D3 e/ou calcifediol na prática clínica é agora. Incorporar esses nutrientes em protocolos clínicos oferece uma solução comprovada que não apenas aborda preocupações imediatas de saúde, mas também fornece benefícios de longo prazo sem os efeitos colaterais de tratamentos patenteados mais caros.

Sobre o Dr. Sunil Wimalawansa, MD, Ph.D.



Dr. Sunil Wimalawansa, MD, Ph.D., é um renomado médico, cientista e especialista na área de endocrinologia, particularmente conhecido por seu trabalho nas áreas de vitamina D e suas aplicações clínicas. Ele ocupa vários cargos acadêmicos e é reconhecido por sua extensa pesquisa sobre o papel da vitamina D na saúde e prevenção de doenças. O Dr. Wimalawansa contribuiu para inúmeras publicações científicas, explorando o potencial terapêutico da vitamina D em várias condições médicas, incluindo osteoporose, doenças cardiovasculares e diabetes. Seu trabalho enfatiza a importância de níveis ideais de vitamina D para a saúde e bem-estar geral, e ele tem sido um defensor vocal de iniciativas mais amplas de saúde pública relacionadas à deficiência de vitamina D. Além de sua experiência clínica e de pesquisa, o Dr. Wimalawansa também está envolvido em educação, palestrando em conferências internacionais e escrevendo livros sobre o assunto da vitamina D e seu impacto na saúde humana.

O Dr. Wimalawansa é membro do conselho editorial do Orthomolecular Medicine News Service.

Referências:

1. Fórum Virtual Internacional de Vitamina D de 2024 e Painel de Discussão de Especialistas. Orthomolecular Med News Service. <https://orthomolecular.org/resources/omns/v20n15.shtml>

2. Wimalawansa SJ (2025) A deficiência de vitamina D atende aos critérios de Hill para causalidade na suscetibilidade, complicações e mortalidade do SARS-CoV-2: uma revisão sistemática. *Nutrientes*, 17:599. <https://doi.org/10.3390/nu17030599>
3. Grant WB, Wimalawansa SJ, Pludowski P, Cheng RZ (2025). Vitamina D: Benefícios para a saúde baseados em evidências e recomendações para diretrizes populacionais. *Nutrientes*. 17(2):277. <https://www.mdpi.com/2072-6643/17/2/277>
4. Cheng RZ (2025) Resumo de "Vitamina D: Benefícios para a saúde baseados em evidências e recomendações para diretrizes populacionais". *Orthomolecular Med News Service*. <https://orthomolecular.org/resources/omns/v21n04.shtml>
5. Cheng RZ (2025) Imunidade Nutricional Ortomolecular: Uma Alternativa Holística às Vacinas Contra Infecções. *Imunidade Nutricional Ortomolecular: Uma Alternativa Holística às Vacinas Contra Infecções*. <https://orthomolecular.org/resources/omns/v21n05.shtml>
6. Cheng RZ (2020) Imunidade de grupo protegida, não uma vacina, é a maneira de parar a pandemia de COVID-19. <https://www.orthomolecular.org/resources/omns/v16n27.shtml>