

05.07.2012 – 08:00 Uhr

FNS: De la vitamine D en quantité pour prévenir les fractures de la hanche chez les personnes âgées / Confirmation des recommandations de l'Office fédéral de la santé publique

Bern (ots) -

Dès 65 ans, le risque de fracture de la hanche augmente de manière continue, car les os s'affaiblissent et se fragilisent avec l'âge. La supplémentation en vitamine D permet de prévenir ces fractures, mais seulement à forte dose (800 unités par jour ou davantage). Telle est la conclusion d'une étude soutenue par le Fonds national suisse (FNS).

Les os sains se renouvellent en absorbant continuellement du calcium et du phosphate, grâce à la vitamine D. Si cette dernière vient à manquer, ils deviennent friables. Or, ce phénomène se produit souvent avec l'âge, lorsque la peau perd peu à peu sa capacité à synthétiser la vitamine D sous l'action de la lumière du soleil. C'est pour cette raison que les trois quarts des fractures osseuses concernent des personnes de plus de 65 ans. En Europe, cette classe d'âge est en forte augmentation. Il faut donc s'attendre à voir doubler le nombre de fractures de la hanche d'ici 2050.

Des résultats contradictoires Plusieurs études cliniques ont examiné si une supplémentation préventive en vitamine D permettait de réduire le nombre de fractures de la hanche et les coûts exorbitants qu'elles occasionnent. Ces travaux ont abouti à des résultats contradictoires. Des chercheurs, placés sous la houlette de Heike Bischoff-Ferrari, du Centre gériatrie et mobilité de l'Université de Zurich, ont maintenant produit une nouvelle vue d'ensemble des données. Dans le cadre d'une méta-analyse, récemment publiée dans le "New England Journal of Medicine"*, ils ont réussi à résoudre ces contradictions. Heike Bischoff-Ferrari et ses collègues de l'hôpital universitaire de Zurich et de l'hôpital municipal Waid de Zurich, ont analysé les données originales d'environ 30'000 personnes âgées, qui avaient été enrôlées dans onze essais cliniques différents portant sur la supplémentation en vitamine D. Ils ont été les premiers à prendre en considération le fait que certains sujets avaient ingéré moins de gouttes de vitamine D que prévu, alors que d'autres prenaient de la vitamine D en plus, en dehors de l'essai.

Une relation dose-effet controversée Les chercheurs emmenés par Heike Bischoff-Ferrari ont ainsi démontré qu'il existe bien une relation dose-effet, controversée jusqu'ici: pour qu'elle déploie son effet protecteur, la vitamine D doit être administrée en quantité suffisante. Le risque de fracture de la hanche diminue de 30% chez les personnes qui prennent au moins 800 unités internationales (UI) de vitamine D par jour.

Les personnes séniles profitent autant de ce dosage que les seniors en bonne santé, qui vivent encore chez eux. "Notre étude représente la preuve la plus solide à ce jour pour confirmer le bien-fondé de la recommandation de l'Office fédéral de la santé publique, qui préconise un dosage élevé pour les personnes âgées", affirme Heike Bischoff-Ferrari.

*Heike A. Bischoff-Ferrari, Walter C. Willett, Endel J. Oray, Paul Lips, Pierre J. Meunier, Ronan A. Lyons, Leon Flicker, John Wark, Rebecca D. Jackson, Jane A. Cauley, Haakon E. Meyer, Michael Pfeifer, Kerrie M. Sanders, Hannes B. Stähelin, Robert Theiler and Bess Dawson-Hughes (2012). A Pooled Analysis of Vitamin D Dose Requirements for Fracture Prevention. New England Journal of Medicine 367: 40-49. (disponible au format PDF auprès du FNS; e-mail: com@snf.ch)

Le texte de ce communiqué de presse est disponible sur le site Internet du Fonds national suisse: www.fns.ch > Médias > Communiqués de presse

Contact:

Prof. Heike Annette Bischoff-Ferrari
Centre gériatrie et mobilité
Clinique de rhumatologie
Université de Zurich
Gloriastrasse 25
CH-8091 Zurich
Tél.: +41 (0)44 255 26 99
e-mail: heike.bischoff@usz.ch