CONFIRMATION

Prévention des fractures ostéoporotiques : le plus souvent, pas de vitamine D

Chez les adultes sans antécédent de fracture vivant à domicile, selon une méta-analyse portant sur environ 43 500 adultes, la supplémentation en *vitamine D* associée ou non au *calcium* ne prévient pas la survenue de fractures, alors qu'elle expose aux calculs rénaux.

La prévention des fractures repose essentiellement sur des mesures non médicamenteuses : prévention des chutes, exercice physique régulier, alimentation équilibrée (1).

Une supplémentation quotidienne en *vitamine D* et en *calcium* permet d'éviter quelques fractures chez les personnes âgées de plus de 70 ans vivant en institution, au prix d'un risque accru de calculs rénaux (1à3). Qu'en est-il chez les adultes en bonne santé vivant à domicile ?

Pas d'effet préventif de l'association vitamine D + calcium. Une synthèse méthodique, réalisée à la demande de l'US Preventive Services Task Force (Uspstf), organisme public étatsunien d'évaluation des stratégies de prévention, a recensé les essais randomisés d'évaluation de la *vitamine D* en prévention des fractures chez les adultes en bonne santé sans antécédent de fracture et vivant à domicile (4,5).

Six essais randomisés ont été retenus, chez environ 43 500 adultes. Tous ont évalué l'association *vitamine D* + *calcium* versus placebo (5). Les essais ont inclus en majorité des femmes ménopausées. Aucun essai n'a inclus d'hommes de moins de 50 ans ou de femmes non ménopausées (5).

Les essais, très hétérogènes, ont évalué des doses de *vitamine D* allant de 300 UI à 800 UI par jour. Les doses de *calcium* allaient de 500 mg à 1 200 mg par jour (5).

Selon une méta-analyse de ces essais, la supplémentation quotidienne par *vitamine D* + *calcium* n'a pas eu d'effet préventif sur la survenue de fractures (risque relatif = 0,89 ; intervalle de confiance à 95 % : 0,76 à 1,04) (4,5).

Peu d'effets de la vitamine D à fortes doses. L'Uspstf a recensé une autre synthèse méthodique avec méta-analyse chez environ 13 000 personnes âgées de plus de 65 ans vivant à domicile. Ses résultats ont montré une légère réduction du nombre de fractures de hanche chez les personnes prenant des doses de *vitamine D* supérieures à 800 UI par jour (4,6). Mais ces résultats ne sont pas probants, car non statistiquement significatifs après prise en compte du nombre d'analyses en sous-groupe (4). En effet, la probabilité d'observer une différence par hasard augmente avec le nombre de tests statistiques effectués.

Calculs rénaux, peut-être un risque cardiovasculaire. La supplémentation quotidienne en *vitamine D* + *calcium* expose à une légère augmentation du risque de calculs rénaux (1à5). Il est plausible que la supplémentation en *calcium* soit aussi associée à une augmentation des risques d'accidents cardiovasculaires (4,7).

En pratique. Chez les adultes en bonne santé n'ayant pas d'antécédent de fractures et vivant à domicile, la supplémentation en *vitamine D* + *calcium* n'a pas d'intérêt démontré pour prévenir la survenue de fractures.

©Prescrire

Extraits de la veille documentaire Prescrire.
1- Prescrire Rédaction "Prévention des fractures ostéoporotiques : pas de vitamine D pour tous" *Rev Prescrire* 2011 ; **31** (335) : 683.
2- Prescrire Rédaction "Vitamine D et prévention des fractures. Pour certaines personnes âgées vivant en institution" *Rev Prescrire* 2006 ; **26** (277) : 764-765.
3- Prescrire Rédaction ""Insuffisance" en vitamine D. Gare aux concepts trop flous pour rendre service aux patients" *Rev Prescrire* 2013 ; **33** (356) : 435-438.
4- Moyer VA et U.S. Preventive Services Task Force "Vitamin D and calcium supplementation to prevent fractures in adults : US preventive services task force recommendation statement" *Ann Inter Med* 2013 ; **158** (9) : 691-696.
5- Chung M et coll. "Vitamin D with or without calcium supplementation for prevention of cancer and fractures : an updated meta-analysis for the U.S. Preventive Services Task Force" *Ann Intern Med* 2011 ; **155** (12) : 827-838.
6- Bischoff-Ferrari HA et coll. "A pooled analysis of vitamin D dose requirements for fracture prevention" *N Engl J Med* 2012 ; **367** (1) : 40-49.
7- Prescrire Rédaction "Supplémentation en calcium : risques cardiovasculaires" *Rev Prescrire* 2013 ; **33** (353) : 190-191.

www.prescrire.org CONTENUS ABONNÉS

Idées-Forces Prescrire

En un peu plus de 10 ans, *Prescrire* a mis à la disposition de ses abonnés plus de 280 textes Idées-Forces Prescrire, régulièrement mis à jour, avec sélection et intégration méthodique des nouvelles données publiées chaque mois dans *Prescrire*.
La publication de nouvelles Idées-Forces Prescrire est arrêtée. Cette évolution laisse place à des textes plus synthétiques et adaptés à la pratique des soignants de premier recours, que vous pouvez lire dans la nouvelle rubrique ***Premiers Choix Prescrire***, dans ce numéro pages 366-368.
Les Idées-Forces Prescrire restent accessibles aux abonnés sur le site **www.prescrire.org** et dans la **Bibliothèque électronique Prescrire** : certaines continuent à être mises à jour, d'autres ne le seront plus, ce qui est signalé par la mention "[archive]" dans leur titre.

Téléchargé sur prescrire.org le 20/02/2017 par YVES LEQUEUX
Copyright(c)Prescrire. Usage personnel exclusivement