

UNE PRÉCISION SUR LA COMPRÉHENSION DES VALEURS NORMALES DES TAUX SANGUINS DE VITAMINE D

Les praticiens qui demandent régulièrement un dosage du taux sanguin de Vitamine D (25 (OH)D) ont bien remarqué que la plupart de leurs patients ne prenant aucune substitution sont « déficients ».

Cette constatation est exactement celle à laquelle on doit s'attendre si l'on comprend bien la manière dont la valeur limite du taux sanguin a été établie. Elle ne résulte pas comme la plupart des valeurs normales d'une distribution de valeurs d'une population saine, mais d'une recommandation nutritionnelle.

L'institut de Médecine (IOM) des Etats-Unis a défini des références d'apports nutritionnels pour un certain nombre d'éléments, dont la Vitamine D. Ces recommandations présupposent que les besoins journaliers varient d'une personne à l'autre selon une distribution normale. Le besoin moyen journalier estimé (EAR=Estimated Average Requirement) est la médiane et reflète le mieux le besoin journalier de la population. Une autre valeur est la RDA (Required Daily Allowance) qui reflète une estimation du besoin quotidien des membres de la population avec les plus grands besoins, 97,5% de la population ont un besoin inférieur à cette dose. A cause de l'importance de la vitamine D pour la santé osseuse, l'IOM a fixé l'EAR à 400 IU pour les personnes de 1-70 ans et à 600 IU pour celles de >70 ans, correspondant à un taux sanguin de 16 ng/ml) et la RDA à 600 respectivement 800 IU selon les groupes d'âge correspondant à un taux sanguin de 20 ng/ml, ceci dans un souci de couvrir les besoins de quasiment chacun dans la population. Ces recommandations nutritionnelles sont également faites sous l'hypothèse d'une faible exposition solaire.

Le corollaire est que la grande majorité de la population a besoin d'un taux sanguin inférieur à 20 ng/ml, ce qui est exactement ce que l'on retrouve lors des analyses, sans que ceci ne signifie une déficience en Vitamine D.

RÉFÉRENCE

Manson JE, Brannon PM, Rosen CJ, Taylor CL. Vitamin D Deficiency - Is There Really a Pandemic? N Engl J Med. 2016 Nov 10;375(19):1817-1820.

Groupe de travail

Dr Alexandre BISSDORFF	médecin-spécialiste en neurologie, président du Conseil scientifique chargé de rédaction du présent texte
Mr Yves BRUCH	Contrôle Médical de la Sécurité Sociale, membre du Conseil scientifique
Dr Ronit CHAFAI	médecin-spécialiste en pédiatrie au CHL,
Dr Carine de BEAUFORT	médecin-spécialiste en pédiatrie au CHL
Dr Martine DEBACKER	Direction de la Santé, membre du Conseil scientifique
Dr Anouk ELVINGER	médecin-spécialiste en médecine générale
Dr Marco HIRSCH	médecin-spécialiste en rhumatologie
Dr Isabelle ROLLAND-PORTAL	Contrôle Médical de la Sécurité Sociale, membre du Conseil scientifique

Les membres du GT ne déclarent aucun conflit d'intérêt.