



## Vitamine D et insuline

### Etude

*Lemieux P et al., Effects of 6-month vitamin D supplementation on Insulin sensitivity and secretion : a randomized, placebo-controlled trial. European Society of Endocrinology, 2019 July.*

### Résumé

**Chez des individus à haut risque de diabète ou récemment diagnostiqués avec un diabète de type II, une supplémentation en vitamine D pendant 6 mois augmente de façon significative la sensibilité périphérique à l'insuline et le fonctionnement des cellules bêta.**

Une faible concentration sérique en 25-hydroxyvitamine D, (25(OH)D a été associée à un risque accru de développer une résistance à l'insuline et un diabète de type II. Cependant, des essais de supplémentation en vitamine D ont montré des résultats contradictoires quant à ses effets sur la sensibilité à l'insuline, la sécrétion de l'insuline et le fonctionnement des cellules bêta (cellules sécrétrices de l'insuline). Lorsque les cellules hépatiques, musculaires et adipeuses deviennent moins sensibles à l'insuline, la glycémie augmente, induisant un diabète de type 2.

Une méta-analyse a conclu que les résultats divergents obtenus dans différentes études randomisées contrôlées pourraient s'expliquer par l'hétérogénéité des populations étudiées en termes d'ethnie, de tolérance au glucose et de statut en vitamine D, par les différences de doses de vitamine D administrées et de durée de traitement et par les méthodes de mesures de la sensibilité à l'insuline.

Une étude randomisée, en double aveugle et contrôlée contre placebo a évalué l'effet d'une supplémentation en vitamine D sur l'insulino-résistance. Quarante-vingt seize personnes à haut risque de diabète ou récemment diagnostiquées avec un diabète de type II dans cette étude, reçoivent pendant six mois, quotidiennement 5 000 UI de vitamine D3 ou un placebo.

La supplémentation en vitamine D améliore la sensibilité périphérique à l'insuline. L'analyse d'un sous-groupe révèle que cet effet de la vitamine D était plus important chez les sujets ayant au début de l'étude un prédiabète ou un diabète récemment diagnostiqué.

De plus, bien qu'aucune différence entre les deux groupes dans les indices de sécrétion de l'insuline ne soit observée, un effet bénéfique sur le « disposition index » a été constaté, suggérant que la vitamine D pourrait améliorer le fonctionnement des cellules bêta.

D'autres études, de plus longue durée et sur de plus vastes échantillons de populations sont nécessaires pour valider ces résultats.