

La vitamina D millora la immunitat contra el càncer modulant la microbiota

El micronutrient afavoreix bacteris intestinals que potencien el sistema immune

Canal Big Vang
www.lavanguardia.com/ciencia



JOSEP CORBELLA
Barcelona

La vitamina D redueix el risc de diferents classes de càncer i millora l'eficàcia de les immunoteràpies per l'acció que té sobre la microbiota intestinal, segons una investigació liderada per l'Institut Francis Crick de Londres.

Els investigadors han descobert que la vitamina D augmenta la població de *Bacteroides fragilis*, un tipus de bacteris intestinals que augmenten la capacitat del sistema immune d'evitar l'aparició del càncer i de contenir-lo una vegada ha aparegut. La manera exacta com aquests bacteris reforcen el sistema immune encara no s'ha aclarit.

Amb les dades disponibles ara com ara, "no advoquem per cap mena d'intervenció basada en la vitamina D per a la prevenció o el tractament del càncer; és una investigació de ciència bàsica", adverteix en un correu a *La Vanguardia* l'immunobiòleg Caetano Reis e Sousa, director del treball.

Tot i això, "les nostres dades [tenen] possibles aplicacions clíniques i de salut pública", escriuen els investigadors a la revista *Science*, en què ahir van presentar els resultats.

A la investigació s'han analitzat dades d'un milió i mig de persones de Dinamarca, a qui se'ls havia mesurat el nivell de vitamina D a la sang. Els anys següents, les que tenien nivells més baixos van tenir un risc més alt de desenvolupar càncer.

En una segona anàlisi de cèl·lules de 2.678 pacients amb diferents classes de càncer, s'ha observat que una activitat més baixa de la vitamina D s'associa amb supervivències més curtes. En els casos en què s'administren fàrmacs d'immunote-



El peix blau, com ara el salmó o les sardines, és el tipus d'aliment més ric en vitamina D

XAVIER CERVERA

ràpia, analitzats en un altre grup de més de mil pacients, un déficit de vitamina D també s'ha associat amb una eficàcia més baixa del tractament.

La clau és l'acció de la vitamina

La vitamina D redueix el risc de desenvolupar tumors i millora l'eficàcia de les immunoteràpies

D sobre la microbiota intestinal, segons han descobert els investigadors en experiments amb ratolins. Han demostrat que la vitamina D de la dieta actua en les cèl·lules epitelials del còlon d'una manera que augmenta la

població dels *Bacteroides fragilis*. Després han demostrat que aquests bacteris, a què estudis anteriors ja havien atribuït un efecte oncoprotector, potencien la immunitat contra el càncer.

Els ratolins alimentats amb una dieta enriquida en vitamina D han mostrat menys propensió a desenvolupar tumors i una millor resposta als tractaments d'immunoteràpia. El mateix efecte s'ha vist en ratolins que van ingerir directament bacteris de l'espècie *Bacteroides fragilis*.

"Els suplementes de vitamina D poden ser una intervenció dietètica relativament senzilla de començar a assajar", escriuen Fabien Franco i Kathy McCoy, investigadors de la Universitat de Calgary (Canadà) que no han participat en l'estudi, en un article d'anàlisi a *Science*.

Pocs aliments contenen vitamina D en prou quantitat per aportar la quantitat que el cos humà necessita. Els que en tenen més són els peixos blaus i els aliments a què s'afegeixen suplementes de vitamina D. També n'hi ha, tot i que menys, en rovells d'ou, fetges, formatges i bolets.

L'organisme produeix gran part de la vitamina D que necessita a la pell gràcies a l'exposició a la radiació solar, motiu pel qual el déficit de vitamina D és més comú al nord d'Europa que en països mediterranis. Però "no cal prendre el sol per potenciar aquest procés", ja que amb una mica de radiació solar n'hi ha prou, adverteix en un comunicat Nishanthi Duggan, de l'organització Cancer Research UK. Un excés de vitamina D fins i tot pot ser tòxic.

El Rei porta a Santander el premi de Recerca de l'FPdGi

M. ALCÁZAR Barcelona

El Rei va anar ahir a Santander per avalar amb la seva presència les activitats del Princesa de Girona Congress-Fest a la quarta etapa del Tour del Talent 2024, que inclou xerrades, col·loquis i música en directe i en què es va anunciar el guanyador del premi Princesa de Girona Recerca d'aquest any, guardó que ha recaigut en Moisés Expósito Alonso, ecòleg evolutiu, biòleg de plantes i genetista.

Moisés Expósito, investigador alacantí i professor de biologia del canvi a la Universitat de Califòrnia i l'Institut Mèdic Howard Hughes (EUA), centra la seva feina a mirar d'entendre si les espècies evolucionaran genèticament davant el canvi climàtic i, si no ho fan, què es pot fer per predir i prevenir la seva extinció. Després de ser proclamat, Expósito va dir als joves presents que han "de pensar en local i actuar en global".

La part central de l'acte va girar al voltant de com les metodologies d'alt rendiment esportiu poden contribuir a millorar la vida de les persones i el benestar físic i emocional. La xerrada va anar a càrrec de Toni Nadal, entrenador professional de tennistes, i Maria Antonia Lizárraga, doctora especialista en Medicina d'Educació Física i Esport. També es va celebrar una taula rodona amb els premiats de l'FPdGi en Recerca Marc Schneeberger Pané (2023), Sílvia Osuna Oliveras (2016) i Samuel Sánchez Ordóñez (2015).

Quan va arribar a Santander, el Rei es va dirigir al Centre Botín per assistir a una sessió sobre com potenciar les habilitats emocionals i creatives a través de l'art.

El col·legi de metges de Lleida ofereix pisos de lloguer per atreure els mir

ROSA MATAS Lleida

El Col·legi de Metges de Lleida va estrenar ahir la seva nova seu, al número 41 del carrer Rovira Roure, un recinte que disposa de 36 apartaments per a metges principalment residents, una fórmula pionera a Espanya.

"Vam voler fer aquest edifici d'apartaments amb Mutual Mèdica per atreure i fixar talent a la ciutat i fer-la una destinació més atractiva per als metges", va dir el president del col·legi professional, Ramon Mur, du-

rant l'acte de presentació.

La marroquina Kenza Jinat és una de les metgesses residents que llogarà a començaments de maig un d'aquests apartaments. "Quan me'n vaig anar a col·legiar, em van comentar que tenien pisos de lloguer per a residents en un edifici nou. Estan molt bé i ben localitzats, molt a prop dels hospitals. Ens va molt bé", explica.

Els apartaments estan moblats, tenen 30 metres quadrats, costen uns 700 euros de lloguer inclòent-hi les despeses d'aigua, llum i internet i són propietat de Mutual Mèdica, a què pertanyen un

70% dels col·legiats. L'edifici ocupa 4.000 m², s'ha construït en 20 mesos i ha costat set milions d'euros, un 69% dels quals els paga la mútua (les quatre plantes d'apartaments), i l'altre 31%, el Col·legi.

La seu disposa d'un espai de recepció i atenció als col·legiats, despatxos, sala de juntes per a formació i presentacions, zona social i de restauració, una sala de formació polivalent amb aforament de fins a 100 persones i un espai de cotxer, a més d'una zona batejada com a Casal del Metge, que podrà allotjar esde-

veniments professionals i de lleure. "Quan faltaven metges Lleida pateix. Amb un 38% de la superfície de Catalunya i només un 7% de la població costa fixar professionals, sobretot a la zona del Pirineu", va insistir el president.

La idea final és, segons Mur, que no sigui un apartament de llarga durada, sinó que serveixi als mir per aterrar i que els ocupin també metges que treballen en altres províncies i fan part de la jornada a Lleida, així com professionals que treballen al Pirineu i poden fer mitja jornada a la ciutat".

A la presentació de la nova seu, Mur va reconèixer dificultats per omplir les vacants de l'especialitat de Medicina Familiar i Comunitària i va considerar que cal potenciar-la per fer-la més atractiva

a les noves generacions de professionals. Alhora, va reivindicar una planificació de les necessitats del sector i va proposar una reforma "valenta" en l'atenció primària per crear la figura an-

Els apartaments tenen 30 m² i el preu és de 700 euros al mes, inclòent-hi les despeses d'aigua, internet i llum

glosaxona del *medical assistant*, a qui derivar la tasca administrativa dels facultatius, que d'aquesta manera veurien alliberats temps de la seva jornada per a l'assistència sanitària.