

Un estudio de la UMH revela que el ácido fólico en dosis altas afecta a los bebés - Información - 28/06/2017

Un estudio de la UMH revela que el ácido fólico en dosis altas afecta a los bebés

► La investigación evidencia que los hijos de las embarazadas que tomaron grandes cantidades de la vitamina B9 tienen problemas de desarrollo cognitivo tras examinarlos a los cuatro y cinco años

JOSÉ A. MAS

Las mujeres embarazadas suelen consumir ácido fólico, una forma sintética de tomar vitamina B9, con el propósito de prevenir defectos de nacimiento del tubo neuronal, que es la parte del embrión a partir de la que se desarrolla la espina dorsal y el cerebro. Pero, ojo, no se debe consumir ácido fólico sin control facultativo, algo que sucede y que puede dar pie a problemas en el desarrollo neuropsicológico de los bebés.

Un estudio de la Universidad Miguel Hernández de Elche acaba de ratificar que el consumo en dosis elevadas de ácido fólico durante el embarazo puede producir efectos negativos en el desarrollo neuropsicológico en los niños.

Concretamente, la tesis doctoral recientemente defendida por Desireé Valera Gran, y que lleva por título «Efectos negativos de altas dosis de suplementos de ácido fólico (AF) en el embarazo sobre el desarrollo neuropsicológico en el niño», ha puesto en evidencia que el consumo de dosis altas de suplementos de ácido fólico durante el embarazo puede perjudi-

El trabajo desaconseja consumir más de 600 microgramos al día en el periodo en el que se produce la concepción

car el desarrollo neuropsicológico posterior del hijo, por lo que su uso, sostiene la investigadora, «debe ser vigilado y evitado».

En la actualidad, se recomienda a las mujeres que deseen quedar embarazadas que sigan una dieta rica y variada con el fin de garantizar un aporte adecuado de folatos junto al uso de suplementos de ácido fólico de 400 a 600 microgramos al día en el periodo periconcepcional.

La tesis ha sido dirigida desde la Unidad Epidemiología de la Nutrición de la Universidad Miguel Hernández por los investigadores Eva María Navarrete Mu-

ñoz, Manoli García de la Hera y Jesús Vioque, y obtuvo la máxima calificación «cum laude» con un formato de mención internacional, basada en la publicación de tres artículos publicados en revistas internacionales.

En el primer trabajo se puso en evidencia que más de la mitad de las embarazadas consumían dosis de ácido fólico inferiores a las recomendadas en el periodo periconcepcional que son 400 microgramos al día, y que un 25% consumían dosis superiores al nivel máximo tolerable que son 1.000 microgramos al día.

A partir de aquí, en un segundo trabajo se investigó el posible efecto del consumo de dosis elevadas de suplementos de ácido fólico sobre el desarrollo neuropsicológico del niño en el primer año de vida, encontrándose que los bebés de las mujeres que consumieron las dosis más altas de ácido fólico presentaron peores scores en psicomotricidad de las escalas Bayley de desarrollo infantil.

En un tercer trabajo se evaluó la ingesta dietética y el uso de suplementos de ácido fólico durante el embarazo en 1.682 madres de Asturias, Guipúzcoa, Sabadell y Valencia, y su influencia en el desarrollo neuropsicológico de los niños a los cuatro y cinco años medido por escalas McCarthy de aptitudes y psicomotricidad.

Este estudio ha determinado que el uso de dosis altas de ácido fólico, de más de 1.000 microgramos al día en el periodo periconcepcional, se asocia con menores puntuaciones en varias de las escalas McCarthy. Concretamente, en la global verbal y memoria verbal, y en funciones cognitivas de córtex posterior y córtex posterior izquierdo.

«Los efectos no son graves», apuntó el investigador Jesús Vioque, a la vez que añadió que «aún está por ver si son recuperables». Y es que el estudio va a seguir en marcha, ya que tiene como propósito volver a analizar a los niños a los siete años, y seguirlos hasta el periodo de la adolescencia.

Las claves

PAUTAS

Bajo el asesoramiento facultativo

► Los expertos aconsejan tomar dosis de entre 400 y 600 microgramos al día, y siempre bajo el asesoramiento de los facultativos.

CONSECUENCIAS

Menor desarrollo neuropsicológico

► El estudio de la UMH indica que tomar cantidades elevadas de ácido fólico puede perjudicar el desarrollo cognitivo del niño.

VIGILANCIA

Un seguimiento hasta la adolescencia

► La investigación sigue en marcha. Volverán a evaluar a los niños cuando cumplan siete años y les seguirán hasta la adolescencia.

Por otro lado, los expertos indicaron que el 80% de las mujeres no toma ácido fólico y que muchas lo toman tarde, puesto que de poco sirve empezar a tomar la vitamina a partir del tercer mes de gestación.



Varias cajas con comprimidos de ácido fólico en una farmacia de Elche. ANTONIO AMORÓS