Published on *Ciencia Puerto Rico* (https://www.cienciapr.org)

Mal que se puede prevenir [1]

Enviado el 10 enero 2008 - 9:50am

Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.

Calificación:

Por Cynthia López Cabán / End.cynthia.lopez@elnuevodia.com [2] Los nacimientos de bebés con defectos del tubo neural vienen aumentando en la Isla de forma paulatina desde el 2003, con una incidencia que supera la reportada en Estados Unidos, reveló un estudio que publica hoy el Departamento de Salud y el Centro de Control y Prevención de Enfermedades de Atlanta (CDC). En Puerto Rico, 9 de cada 10,000 bebés que nacen vivos tienen un defecto del tubo neural como espina bífida o anencefalia, mientras que en Estados Unidos nacen 6. Esto significa que anualmente nacen entre 2,500 a 3,000 bebés con estos defectos en ambos lados del Atlántico. La investigación también encontró que las mujeres no conocen y no consumen el ácido fólico, una vitamina que ayuda a prevenir hasta el 70% de los defectos del tubo neural, indicaron sus autoras, Laureane Alvelo Maldonado, epidemióloga del sistema de vigilancia de defectos congénitos y campaña de ácido fólico del Departamento de Salud, y Alina Flores, consejera de

salud del CDC. Aunque no quedan claras las razones para la disminución en el uso de esta vitamina, las estudiosas plantearon a El Nuevo Día que ciertos mitos impiden que las mujeres consuman ácido fólico. Los defectos del tubo neural son un grupo de enfermedades causadas por un fallo en el desarrollo de las estructuras que forman el cordón espinal y el cerebro. El tubo neural Estos padecimientos incluyen espina bífida (la más común), anencefalia y encefalocele, que ocurre cuando el cráneo no se forma correctamente. Pero, este estudio titulado “Defectos del tubo neural en Puerto Rico, 1996-2006, cambios en tasas, conocimiento y consumo de ácido fólico”, no toma en cuenta la encefalocele. “El tubo neural es la estructura que forma el cerebro y el cordón espinal. Si ese tubo no se cierra en la parte de arriba, no se forma el cerebro correctamente. Ese defecto se conoce como anencefalia. Estos bebés no llegan a término o mueren al nacer. Si el tubo no cierra en la parte de abajo ocurre la espina bífida”, explicó Diana Valencia, consejera genética y coordinadora del sistema de vigilancia de defectos congénitos y campaña de ácido fólico de Salud. La espina bífida también puede producir una apertura en la espalda que deja el tubo neural al descubierto causándole daño al tejido. Tampoco se forman adecuadamente las vértebras. Este daño, sin embargo, puede prevenirse con algo tan sencillo como una pastilla de ácido fólico diaria, aún en los casos donde la mujer o el hombre son portadores del gen que causa la espina bífida. “El gen no implica que el bebé va a traer el defecto. Ese tipo de condición (la espina bífida) tiene un elemento genético y ambiental”, acentuó Valencia. Precisamente, para bajar esa probabilidad, es que Salud y el CDC fomentan el uso de ácido fólico y recomiendan que todas las niñas comiencen a tomar 400 microgramos diarios a partir de los 10 años. “El consumo de ácido fólico no debe verse sólo en relación al embarazo, sino que debe verse como un hábito saludable para toda la vida”, insistió Alvelo, al recordar que el ácido fólico previene la anemia. Uso continuo Reiteró también que las mujeres que no han desarrollado la disciplina de tomar esta vitamina deben tomar los 400 microgramos desde el momento en que empiezan a planificar su embarazo o entran en una relación de pareja estable que pueda llevar a la preñez. En el caso de las mujeres que han tenido un bebé con espina bífida y que desean otro, se recomienda que ingieran 4 miligramos de ácido fólico diariamente desde que trabajan para quedar embarazada y bajo supervisión médica, según Valencia. Las expertas recalcaron que el ácido fólico debe tomarse meses antes del embarazo porque el tubo neural se forma los primeros 28 días después de la concepción. “En Puerto Rico, el 65% de los embarazos no son intencionados”, acentuó Alvelo. Aclaró que existen alimentos y cereales que proveen esta vitamina, pero que la mejor forma de hacerla llegar al cuerpo es a través de la pastilla. Alvelo también mencionó que mitos populares que alegan que el ácido fólico engorda o que causa cáncer de seno, colón y recto desaniman su uso.

Source URL:https://www.cienciapr.org/es/external-news/mal-que-se-puede-prevenir?language=en

Links
[1] https://www.cienciapr.org/es/external-news/mal-que-se-puede-prevenir?language=en [2] mailto:End.cynthia.lopez@elnuevodia.com