

Editorial

¿La fortificación de los alimentos con hierro es perjudicial para la salud?

Aunque en las últimas tres décadas se ha insistido en el papel que juega el exceso de hierro en el organismo para el desarrollo de las infecciones, ha sido en los últimos años cuando se han publicado las consecuencias en otras enfermedades. Entre ellas, se destaca el artículo de autores finlandeses (*Circulation* 1992; 86:803), sobre la asociación de altos niveles de hierro de reserva y el riesgo a desarrollar infarto del miocardio; así como también en otro artículo, la relación entre la postmenopausia y el incremento de la enfermedad coronaria (*Ann Int. Med* 1978; 89:157). Así como el hierro es de vital importancia para el crecimiento de las bacterias para producir la infección, también el hierro es indispensable para el crecimiento anárquico de la célula cancerosa; el ejemplo más contundente es en la hemocromatosis en la cual el incremento de las reservas de hierro se cuantifican en gramos. En esa enfermedad hereditaria la prevalencia del cáncer del hígado es 200 veces mayor que en la población normal (*Biol. Trace. Elem. Research* 1992; 34:123). Este año la prensa narró que Richard Steven del Museo Nacional de Salud y Medicina en Washington publicó un artículo, señalando riesgo dos veces mayor de contraer cáncer en aquellos sujetos con niveles altos de hierro de reserva comparado con los sujetos con niveles normales de hierro. En los comentarios de esos artículos ha sido señalado que el enriquecimiento de las harinas en especial en los países desarrollados, podría favorecer el aumento de la prevalencia del cáncer y del infarto cardíaco.

Desde 1993 la dieta de la población venezolana ha tenido un incremento de consumo de hierro gracias al enriquecimiento de la harina precocida de maíz y de la de trigo.

De acuerdo a los mecanismos reguladores de la absorción del hierro en la mucosa intestinal, el hierro intrínseco de los alimentos y el hierro de la fortificación en las personas deficientes de hierro aumenta su tenor de absorción; en cambio, las personas con niveles normales de hierro de reserva absorben lo indispensable para mantener el metabolismo del hierro en condiciones normales. Ese comportamiento ha sido descrito claramente por el grupo de investigadores de Africa del Sur (*Am. J. Clin Nutr.* 1989; 49:162), quienes hicieron un seguimiento a un grupo de sujetos que recibían 7 mg diarios de hierro en el curry agregado a los alimentos bajo la forma de EDTA monoférrico. En el caso de Venezuela ya se implementó un seguimiento anual para valorar el impacto de la fortificación en una muestra representativa de la población.

Espero que los resultados del enriquecimiento de la dieta con hierro en Venezuela confirmen los resultados de Africa del Sur y se clarifiquen malos entendidos.

Miguel Layrisse