



## V-218 - RELACIÓN ENTRE EL DÉFICIT DE ÁCIDO FÓLICO Y SU INGESTA

C. Tarrazo Tarrazo, J. Valdés Bécares, D. Olivo Aguilar, I. Maderuelo Riesco, J. Garrido Sánchez, A. Barragán Mateos, A. Treceño García y P. Martínez García

Medicina Interna. Hospital San Agustín. Avilés (Asturias).

### Resumen

**Objetivos:** Describir la relación entre el déficit de ácido fólico y la ingesta de alimentos ricos en folato en los pacientes ingresados en nuestro hospital.

**Material y métodos:** Se trata de un estudio descriptivo prospectivo de 209 pacientes hospitalizados en el Servicio de Medicina Interna de nuestro hospital en los que se solicitó en la analítica de ingreso el nivel de ácido fólico. Se fijó el punto de corte para definir el déficit en 3,9 mg/dl, que era el valor de referencia del laboratorio de nuestro centro al momento del inicio del estudio. A los pacientes que presentaban déficit de ácido fólico se les realizó una encuesta acerca de sus hábitos alimenticios y la ingesta de alimentos ricos en folato.

**Resultados:** De los 209 pacientes analizados se detectó déficit de folato en 61 pacientes (30,14%). Entre estos 61 pacientes con déficit nos encontramos con una ingesta escasa de alimentos ricos en ácido fólico en 44 pacientes (72,13%) y una ingesta adecuada en los 17 pacientes restantes (27,87%).

**Discusión:** En nuestro hospital existe una gran prevalencia de déficit de ácido fólico en los pacientes adultos, en la mayor parte de los casos secundario a una ingesta deficiente de alimentos ricos en ácido fólico, como pueden ser los vegetales de hoja verde, frutas, legumbres, frutos secos o carnes. Nuestro estudio relaciona el déficit de ácido fólico con la ingesta deficiente de estos alimentos. Entre las limitaciones de nuestro estudio se encuentra el bajo tamaño de la muestra y que la ingesta de folato no fue cuantificada, por lo que puede estar influenciada por la subjetividad de cada paciente.

**Conclusiones:** 1. En nuestro hospital existe una prevalencia alta de déficit de ácido fólico. 2. En la mayor parte de los pacientes con déficit de ácido fólico se observó una ingesta deficiente de alimentos ricos en este nutriente. 3. Los resultados de nuestro estudio pueden estar limitados por medirse la ingesta de una forma subjetiva y por el bajo tamaño de la muestra.