

A importância do ácido fólico na gestação

Juliana Gonçalves Oliveira Aiello

Trabalho de Revisão Bibliográfica

Biomédica e aluna de pós-graduação em Hematologia Laboratorial e Banco de Sangue pela Academia de Ciência e Tecnologia em São José do Rio Preto, São Paulo.

Resumo

No período de início do desenvolvimento do feto, pode ocorrer má formação fetal chamados de defeitos no tubo neural, como anencefalia e espinha bífida. Como forma de prevenção é indicado o uso terapêutico de ácido fólico, é encontrado em forma de suplementação medicamentosa e alimentos fortificados. Mulheres em idade fértil devem ser também orientadas quanto a ingestão de ácido fólico.

Abstract

In the early period of development of the fetus, there may be poor fetal formation called neural tube defects, such as anencephaly and spina bifida. As a form of prevention is indicated the therapeutic use of folic acid, is found in the form of drug supplementation and foods fortified. Women of childbearing potential should also be advised about the intake of folic acid.

Introdução

Na formação do DNA e RNA o folato tem um papel extremamente importante, sendo aspecto central no desenvolvimento do feto. O termo é usado tanto para as formas de vitamina, que ocorrem naturalmente nos alimentos, quanto para a forma sintética encontrada em suplementos medicamentosos e alimentos enriquecidos (FONSECA *et al.*, 2003).

O ácido fólico tem papel fundamental no processo de multiplicação celular, sendo, portanto, imprescindível durante a gravidez. Segundo SANTOS, PEREIRA

(2007) e MONTEIRO *et al.* (2007) o folato interfere com o aumento dos eritrócitos, o alargamento do útero e o crescimento da placenta e do feto.

Esta vitamina é requisito para o crescimento normal, na fase reprodutiva (gestação e lactação) e na formação dos anticorpos. Atua como coenzima no metabolismo de aminoácidos (glicina) e síntese de purinas e pirimidinas, assim como na síntese proteica. Consequentemente sua deficiência pode ocasionar alterações na síntese de DNA e alterações cromossômicas (SANTOS; PEREIRA, 2007).

Tem ampla importância para o organismo, evidenciando-se nas fases de crescimento e desenvolvimento do corpo humano, contribui com a manutenção da saúde e prevenção de doenças (ESPOLADOR *et al.*, 2015).

O uso do folato em gestantes é especialmente importante para um bom desenvolvimento fetal e formação do tubo neural, prevenindo malformações principalmente as faciais (como, por exemplo, lábios leporinos e fendas palatinas) e os defeitos de fechamento do tubo neural, além de casos de Síndrome de Down.

Estudo observacionais apontam para um efeito benéfico na proteção de alguns tipos de cânceres e prevenção de acidente vascular cerebral com o aumento da ingestão de folato (MARCHIONI *et al.*, 2013).

A suplementação deve começar pelo menos um mês antes da gravidez e é essencial nas primeiras oito semanas após a concepção. Isto porque é neste período que ocorre o desenvolvimento do sistema nervoso e tubo neural do feto.

Conclusão

Com relação a todos os fatos mencionados, é possível afirmar que o uso adequado de ácido fólico antes e durante a gestação é essencial para evitar uma possível má formação no feto.

Este estudo foi fundamental por se tratar de um tema que é bastante presente no contexto do pré-natal, porém, ainda assim, é um tema pouco conhecido entre as gestantes. Por isso, é importante que se façam campanhas de orientação para todas as gestantes e mulheres em idade fértil sobre a importância do uso do ácido fólico.

Referências

1. ESPOLADOR, G. M. *et al.*, Identificação dos fatores associados ao uso da suplementação de ácido fólico na gestação. Revista de enfermagem do Centro Oeste Mineiro, Minas Gerais, v. 5, n. 2, p. 1552-1561, 2015.
2. FONSECA, V. M.; SICHIERI R.; BASÍLIO, L.; RIBEIRO, L.V. Consumo de folato em gestantes do um hospital público do Rio de Janeiro. Rev Bras. Epidemiol. dez 2003; 6(4): 319-27.
3. MARCHIONI *et al.*, Ingestão de folato nos períodos pré e pós fortificação mandatória: estudo de base populacional em São Paulo, Brasil. Cad, Saúde Pública, São Paulo, v. 29, n. 10, p. 20183-2092, 2013
4. MEZZOMO, C.L.S.; GARCIAS, G.L.; SCHOWITZ, M.L.; *et al.* Prevenção dos defeitos do tubo neural: prevalência do uso da suplementação de ácido fólico e fatores associados em gestantes na cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. Cad. Saúde Pública 2007; 23(11): 2716-26.
5. MONTEIRO, J.P.; CAMELO JUNIOR, J.S.; Caminhos da nutrição e terapia nutricional: da concepção à adolescência. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2007.
6. SANTOS, L.M.P.; PEREIRA M.Z.; Efeito da fortificação com ácido fólico na redução dos efeitos do tubo neural. Cad. Saúde Pública 2007; 23(1): 17-24.