

Vitamina A combate a anemia

LONDRES — O suplemento de ferro contra a anemia torna-se mais eficiente em mulheres grávidas, quando administrados em combinação com vitamina A. De acordo com estudo de pesquisadores americanos, alemães e indonésios, publicado na revista *The Lancet*, a combinação de ferro e vitamina A em doses diárias revelou-se chave da cura da anemia...

A anemia é uma deficiência de glóbulos vermelhos ou hemoglobinas no sangue, substância que contém ferro e é responsável pelo transporte de oxigênio. "O aumento de hemoglobina foi de mais de 50%, quando a vitamina A foi administrada junto com o ferro, e suficiente para acabar com a anemia em 97% das mulheres que receberam as duas substâncias", registraram.

Eles pesquisaram Cerca de 250 mulheres, com idades entre 17 e 35 anos, que vivem em três vilas rurais de Java, na Indonésia. Os testes duraram oito semanas. Elas foram divididas em subgrupos que receberam somente ferro, ou somente vitamina A, ou a combinação das duas substâncias ou, ainda, placebo (substância sem efeito sobre o organismo).

A anemia causada por dieta pobre em vitaminas e minerais afeta mais de 70% das mulheres grávidas no Terceiro Mundo, segundo os pesquisadores.

O estudo concluiu que mais pesquisas são necessárias para explicar porque a vitamina A ajuda a aumentar a hemoglobina no sangue de mulheres anêmicas e mostrar se o problema poderia se resolver com alimentos, em vez de suplementos vitamínicos.

Integraram a equipe de pesquisadores Djoko Suharno, do Centro de Pesquisa e Desenvolvimento em Nutrição, na Indonésia, o professor Clive West, da Universidade Rural de Wageningen, na Holanda, e grupo do Centro Internacional de Saúde, em Atlanta.