



Resultados Panel de Expertos en Folato

En respuesta a la consulta pública sobre el borrador de opinión científica respecto a Valores de Referencia Dietaria para Folato, la Agencia Chilena para la Calidad e Inocuidad Alimentaria, ACHIPIA, conformó el Panel de Expertos Nacionales en Folato que revisó y comentó el documento en consulta.

1. Introducción

El pasado 19 de agosto de 2014, ACHIPIA, a través de su Red de Científicos para la Inocuidad Alimentaria, constituyó el Panel de Expertos Nacionales en Folato a objeto de emitir comentarios sobre la propuesta de “Opinión Científica” respecto a Valores de Referencia Dietarios para Folato que la Autoridad Europea de Inocuidad Alimentaria, EFSA, dispuso para consulta pública internacional.

A continuación se presenta un resumen de la opinión científica del Panel sobre cada ítem del documento de la EFSA.

2. Comentarios Panel Expertos Nacionales

2.1 Comentarios Generales

La principal medida recomendada por el Panel de Expertos Nacionales, se basó en adaptar los valores de referencias dietarios para folatos considerando estudios recientes sobre los efectos benéficos que tiene la suplementación o fortificación de ácido fólico para reducir defectos del tubo neural, biodisponibilidad de las fuentes alimentarias de folatos, métodos analíticos para determinar folato y ácido fólico, estimación de la ingesta dietaria de folato, polimorfismos, deficiencia de folato y consecuencias no intencionales de excesos, entre otros.

2.2 Visión general de los Valores de Referencia y Recomendaciones

En el documento analizado, la EFSA utilizó un coeficiente de variación (CV) de 15% para establecer los valores de referencia. Respecto a esto, el Panel de Expertos recomendó a la EFSA informar cuáles fueron las bases para el uso del mencionado CV, esto debido a que otras instituciones poseen valores de referencias establecidos usando diferentes CVs: Por ejemplo el Instituto de Medicina de Estados Unidos (IOM) utiliza un CV de 10%.

2.3 Metodología analítica

Respecto a este tópico, los expertos nacionales recomendaron definir un método analítico “gold standard” para la medición de folato en sangre y alimentos.

Por otra parte, en la propuesta de “Opinión científica” de la EFSA, se consideran las concentraciones de folato sérico como el mejor indicador para evaluar el estado nutricional de folatos, incluso por sobre la concentración de folato en glóbulos rojos (reconocido como un indicador adecuado del estado nutricional de folato debido a que otorga información a largo plazo). El Panel Nacional consideró que de acuerdo a la evidencia científica disponible sería recomendable el uso de ambos métodos, ya que no se ha establecido cual es el más beneficioso, por lo que se recomienda un pronunciamiento oficial por parte de la EFSA sobre su elección.

El Panel Europeo definió “deficiencia” de folato (séricos) cuando se presentan valores menores a 6,8 nmol/L y “adecuación” con valores mayores a 10 nmol/L, por lo tanto, valores entre 6,8 y 10 nmol/L no se encuentran definidos, recomendándose una calificación de estos valores. En forma adicional, el Panel Nacional consideró de suma importancia la descripción de los fundamentos sobre los cuales se basaron estos valores. Además, se sugirió un pronunciamiento sobre si actualmente es posible definir valores elevados de folato sérico.

Por otra parte, se estimó necesario que se entregue una mayor explicación sobre la metodología utilizada para generar la Ingesta Adecuada (AI) estimada desde el Requerimiento Promedio (AR) en mujeres embarazadas y como se abordan las fluctuaciones fisiológicas propias del embarazo entre trimestres.

2.4 Consecuencias a la salud de deficiencia y exceso

Según el Panel Nacional de Expertos, sería relevante que se hagan referencias a estudios recientes que demuestren que el tratamiento con ácido fólico podría agravar los problemas neurológicos derivados de una deficiencia de vitamina B12.

En el documento en revisión, la EFSA definió el Nivel de Ingesta Máxima Tolerable (Tolerable Upper Intake Levels, UL) para adultos en 1000 µg de ácido fólico y en 200-800 µg para niños de 1 a 17 años. Respecto a esto, el Panel consideró conveniente que se definan en este documento los valores para los distintos grupos poblaciones.

2.5 Biodisponibilidad de folato

Respecto a este punto, al Panel Nacional le pareció importante destacar la relevancia de la biodisponibilidad de folatos en factores como las recomendaciones dietarias, además de la genética, raza, sexo, métodos anticonceptivos, entre otros.

Por último, se recomendó hacer referencia a los efectos de las diferentes técnicas de cocinado o tratamientos tecnológicos, sobre la biodisponibilidad de folatos en los alimentos, considerando estos efectos en las ingestas dietéticas de referencia.

2.6 Fuentes dietarias

En cuanto a fuentes dietarias, el Panel Nacional consideró evaluar alimentos nuevos como el Tofu o algas, entre otros, los cuales pueden ser una buena fuente de folatos.

2.7 Investigaciones futuras

Debido a la relevancia del folato, ya sea en el área de alimentos como en Salud Pública, el Panel de Expertos Nacional recomendó profundizar y promover futuras investigaciones en los siguientes tópicos:

- Determinación de valores de corte para folato sérico elevado.
- Nuevos patrones alimentarios (aumento de consumo de alimentos precocinados) y cómo éstos pueden ser una fuente de folatos.
- Relación entre la ingesta de ácido fólico-obesidad y sus morbilidades asociadas.
- Establecer criterios para definir la magnitud de problemas de salud pública respecto a deficiencia y exceso de folatos .
- Promover mayores estudios en Nutrigenómica, requerimientos de ácido fólico y biodisponibilidad de ácido fólico para logra una mejor definición de “Equivalentes dietarios de folato”.

5. Mayor información

- <http://www.efsa.europa.eu/en/consultations/call/140722.htm>
- <http://redcientifica.achipia.cl/contenido/achipia-constituye-panel-de-expertos-nacionales-en-folatos>.