Relatos Casos Clinicos

PO - (UM16-121) - VEGETARIANISMO ESTRITO MATERNO - UM PERIGO NO LACTENTE

Catarina Matos Silva[1]; Lorina Pestana[2]

1 - USF Cruzeiro; 2 - USF Loresaudável

Enquadramento:
O termo vegetariano surgiu em meados do século XIX e abrange toda uma gama de escolhas alimentares que consistem, basicamente, na exclusão parcial ou total de alimentos de origem animal. Motivos religiosos, preocupação pela saúde, pelo aquecimento global e produção sustentável de alimentos são os principais motivos para opção deste tipo de dietas. A dieta "semi-vegetariana" é considerada a mais básica. O "vegetarianismo estrito" é o mais radical, onde se exclui totalmente o consumo de produtos de origem animal. O objetivo desta revisão é dar uma visão sobre os riscos do vegetarianismo estrito, com especial ênfase no défice de Vitamina B12 e nas suas consequências.

Descrição do caso:
Trata-se de uma lactente do sexo feminino, 6 meses de idade, exclusivamente alimentada com leite materno desde o nascimento, por uma mãe vegetariana estrita. Filha de pais de nacionalidade Moldava, vegetarianos estritos desde há cerca de 10 anos e em Portugal desde as 35 semanas de gestação, altura em que foi encaminhada para consulta pré-natal hospitalar. Trata-se de uma primeira gestação não vigiada, aparentemente sem complicações e clinicamente de termo. O Parto foi eutócico e hospitalar com somatometria adequada à idade gestacional (peso – 3300g, comprimento – 50 cm, perímetro cefálico – 35 cm) e índice de Apgar ao 1´- 8 e ao 5´- 10. O período neonatal decorreu sem problemas. Não iniciou suplementos vitamínicos, nem o calendário nacional de vacinação, por motivos culturais. Na consulta de vigilância de saúde infantil correspondente aos 6 meses, a mãe refere alguma irritabilidade, recusa alimentar e perda de vitalidade com cerca de 2 semanas de evolução. Ao exame objetivo não apresentava alterações significativas, inclusivamente do ponto de vista neurológico, psico-motor e estaturo-ponderal para a idade. Foi-lhe pedido, neste contexto, um hemograma completo de urgência, que a mãe veio mostra no dia seguinte e que apresentava Hb 8,9 g/dl, Htc 26,8%, VGM 106,7fl, HGM 35,5pg, Leucócitos 12.000 mm3, Neutrófilos 3301 mm3, Plaquetas 270.000, ácido fólico 27,7 mg/dl, Ferritina 53ug/dl e Vitamina B12 147pg/ml (VN 211-911pg/ml). Por apresentar uma ligeira anemia megaloblástica foi recomendado à mãe a ingestão de 0,4 ug/dia de vitamina B12 (DDR) uma vez que a própria recusou ingestão de produtos ricos em Vitamina B12, como a carne, peixe e produtos lácteos. Neste mesmo dia foi pedida consulta de Pediatria geral e Nutrição pediátrica hospitalar para melhor seguimento da lactente. Dois meses após a ingestão do suplemento vitamínico diário os valores laboratoriais normalizaram bem como as manifestações clínicas inicialmente referidas.

Conclusão:
A vitamina B12 encontra-se em grandes quantidades nos produtos lácteos, carne, ovos e peixe, estando ausente na fruta, legumes e cereais, o que explica a sua carência frequente nos vegetarianos estritos. Os lactentes com carência de vitamina B12 podem ser sintomáticos em poucos meses, no entanto, a sintomatologia é inespecífica. Este caso revela a importância do médico de família em conhecer o contexto familiar do doente e na forma como determinadas crenças religiosas e culturais podem influenciar o desenvolvimento dos seus filhos