Revisão de Temas

PO - (UM16-133) - SUPLEMENTAÇÃO DE FERRO POR ROTINA EM CRIANÇAS

Sara Afonso Azevedo¹; Clara Peneda²

1 - USF Almeida Garrett; 2 - USF Vale do Sorraia

Introdução e Objectivo(s) – A deficiência de ferro constitui o défice nutricional mais frequente no mundo. As crianças, devido ao seu rápido crescimento têm elevadas necessidades de ferro, representando, assim um grupo em particular risco. Na Europa, a prevalência de anemia ferropénica nas crianças com menos de 6 meses é inferior a 2%, entre os 6 e os 9 meses é de 2%-3% e entre 1 ano e os 3 anos de idade é de 3%-9%. Este estudo pretende rever a evidência disponível relativa à eficácia e segurança da suplementação de ferro por rotina, nas crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 24 meses de idade, no que concerne ao desenvolvimento cognitivo e psicomotor e antropometria.

Metodologia – Foram pesquisadas normas de orientação clínica, revisões sistemáticas, meta-análises e ensaios clínicos aleatorizados e controlados, publicados na National Guideline Clearinghouse, The Cochrane Library, Bandolier, TRIP, DARE e PubMed e outros sítios específicos de sociedades científicas internacionais, entre Janeiro de 2010 e Novembro de 2015, usando os termos MeSH: “Iron”, “Infant” e “Dietary Supplements”. Para atribuição do nível de evidência e força de recomendação foi utilizada a escala *Strenght of Recommendation Taxonomy* (SORT) da *American Academy of Family Physicians*.

Resultado - Foram encontrados 96 artigos, dos quais 8 cumpriam os critérios de inclusão. Os estudos não demonstram uma clara eficácia da suplementação de ferro no desenvolvimento cognitivo ou psicomotor e antropometria nas crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 24 meses de idade, sem fatores de risco para anemia por deficiência de ferro. Nas crianças com risco aumentado, a suplementação revela-se ligeiramente benéfica. Foi reportada uma maior prevalência de vômitos e febre nas crianças suplementadas com ferro, contudo nenhum estudo referiu sérios riscos.

Discussão – Não existe evidência suficiente para apoiar a suplementação de ferro por rotina nas crianças dos 6 aos 24 meses, sem fatores de risco. Desta forma, a partir dos 6 meses de idade, dever-se-ão introduzir progressivamente alimentos ricos em ferro, nomeadamente refeições que incluam carne e/ou alimentos fortalecidos com ferro, de forma a prevenir a sua deficiência. São, assim necessários mais estudos de elevada qualidade, com maior tempo de seguimento, idealmente na população portuguesa, de forma a avaliar a eficácia e segurança da suplementação de ferro por rotina nas crianças.