



Apoyando a comunidades más saludables a través de productos de masa de maíz fortificada

Defectos del tubo neural y la importancia del ácido fólico

Antecedentes

Los defectos del tubo neural (NTD, por sus siglas en inglés) son defectos de nacimiento graves del cerebro y la columna vertebral que pueden resultar en discapacidades severas, un aborto espontáneo o muerte infantil. El ácido fólico, la forma sintética de la vitamina B9, es crucial para prevenir los defectos del tubo neural.

Desde 1998, la FDA ha ordenado la fortificación con ácido fólico de los granos de cereales enriquecidos,¹ lo que reduce los casos del tubo neural en aproximadamente 1,300 al año.² A pesar de estos esfuerzos, las mujeres hispanas en los EE. UU. continúan experimentando tasas más altas de defectos del tubo neural que cualquier otra subpoblación.² En 2016, la FDA aprobó la fortificación voluntaria de la harina de maíz para reducir esta disparidad.³ Desafortunadamente, la adopción por parte de la industria ha sido baja, con solo el 5.8% de los productos de masa de maíz actualmente fortificados.⁴

Uniando nutrición y prevención



Defectos del tubo neural y ácido fólico

Los defectos del tubo neural son defectos de nacimiento graves del cerebro y la columna vertebral, como la anencefalia y la espina bífida. Consumir 400 microgramos (mcg) de ácido fólico antes y durante el embarazo temprano puede prevenir hasta el 70% de los defectos del tubo neural.⁵



Disparidades en las tasas de defectos del tubo neural

Las hispanas en los EE. UU. tienen un 19% más de riesgo de defectos del tubo neural que las mujeres de raza blanca y negra no hispanas.⁶ No ha habido un cambio significativo en las tasas de defectos del tubo neural en la población hispana desde que se permitió la fortificación voluntaria.⁷



Brechas en la fortificación

La adopción de la fortificación voluntaria de la masa de maíz es limitada. El principal producto de masa de maíz actualmente fortificado es la harina de maíz, con muy pocos productos preparados como tortillas y tostadas que están fortificados con ácido fólico.

Referencias:

(1) Food and Drug Administration. [Food Standards: Amendment of Standards of Identity for Enriched Grain Products to Require Addition of Folic Acid](#). (1996). (2) Williams et al. (2015). (3) Food and Drug Administration. [Food Additives Permitted for Direct Addition to Food for Human Consumption: Folic Acid](#). (2016). (4) Food Fortification Initiative. [Corn Masa in the US: Supply Chain, Market, and Fortification](#). (2024). (5) Prevention of neural tube defects: results of the Medical Research Council Vitamin Study. MRC Vitamin Study Research Group. (1991). (6) Stallings et al. (2024). (7) Wang et al. (2024). (8) Hamner et al. (2012). (9) Grosse et al. (2016).

Masa de maíz fortificada: Un elemento básico para la prevención

Impacto potencial en la salud

- Se estima que 422,000 mujeres hispanas podrían alcanzar un nivel adecuado de folato gracias a la fortificación de la masa de maíz.⁸
- La fortificación podría prevenir un estimado de 127 defectos del tubo neural anualmente entre las latinas cuya única fuente de ácido fólico son los alimentos fortificados.⁷

Beneficios económicos

- El costo de por vida de la espina bífida es de aproximadamente \$792,000. La fortificación ahorra a los EE. UU. aproximadamente \$603 millones al año, excluyendo los costos de cuidado.⁹

Lo que puedes hacer

- Los profesionales de la salud pública desempeñan un papel crucial en la promoción de los beneficios del ácido fólico:
 - Educar a los líderes y a los miembros de la comunidad sobre los beneficios del ácido fólico y los productos fortificados.
 - Utilice las redes sociales, los eventos comunitarios y los materiales educativos para difundir la conciencia. Consulte la sección "Más información" para los materiales.
 - Informar a los fabricantes de masa de maíz y a los propietarios de tiendas de comestibles sobre el impacto que pueden tener al producir y vender productos de masa fortificados.

Más info:



Contáctanos:



info@ffinetwork.org



<https://www.ffinetwork.org>