

## **La Clínica MarGen afirma que el ácido fólico ayuda a evitar problemas de desarrollo del feto, especialmente en futuras madres fumadoras**

**Forma parte del grupo de vitaminas B y se utiliza desde hace años para prevenir defectos del tubo neuronal que pueden causar anomalías en el desarrollo del cerebro y de la médula espinal del futuro niño. En el caso de futuras madres fumadoras y ex fumadoras, se recomiendan unas dosis elevadas -más de 4mg/día- para proteger la salud del feto**

Los riesgos de problemas del crecimiento fetal, que aumentan en mujeres que fuman durante el embarazo, se pueden reducir tomando ácido fólico, según un reciente trabajo realizado por investigadores norteamericanos.

El ácido fólico forma parte del grupo de vitaminas B y se utiliza desde hace años para prevenir defectos del tubo neuronal que pueden causar anomalías en el desarrollo del cerebro y de la médula espinal del futuro niño. Sin embargo, en el caso de futuras madres fumadoras y para proteger la salud del feto, según el estudio, las dosis ácido fólico deben ser cinco veces más altas, más de 4 mg/día.

Según el doctor Jan Tesarik, médico científico granadino y coordinador de varios programas de investigación sobre los efectos nocivos del tabaco en gametos y embriones, realizados en la Clínica MARGen y la Universidad de Granada, "El estudio deja problemas sin resolver".

El primero es que, a pesar de todas las recomendaciones, entre el 12 y el 14% de mujeres españolas embarazadas (aproximadamente la mitad de las que fumaban antes del embarazo) siguen fumando. El segundo es saber si inhalación pasiva del humo de tabaco por embarazadas puede provocar efectos similares. Además, se sabe que los cigarrillos electrónicos tienen efectos muy parecidos, y otro tanto ocurre con la exposición a varios contaminantes medioambientales.

"Por precaución -indica Tesarik-, en nuestra clínica utilizamos la dosis de 5 mg de ácido fólico al día durante todo el embarazo, dosis que consideramos lo suficiente para proporcionar a las embarazadas una protección eficaz contra la inhalación activa o pasiva de sustancias tóxicas provenientes de los cigarrillos o de otros contaminantes medioambientales".

En cuanto a las mujeres que fumaban antes del embarazo y han dejado de fumar, según Tesarik no se sabe muy bien cómo deben actuar. "Las personas fumadoras tienen menos ácido fólico en la sangre en comparación con las no fumadoras, lo que provoca varios riesgos de salud, también en los hombres". En un estudio reciente realizado por investigadores chinos, se evaluó el efecto del tabaco sobre los niveles del ácido fólico en la sangre de hombres hipertensos y su relación con el riesgo del infarto cerebral. Los resultados demostraron que el tratamiento con dosis elevadas de ácido fólico es útil, incluso, en los ex fumadores que han dejado de fumar antes de entrar en el grupo de estudio.

“Esto quiere decir -concluye Tesarik- que el hecho de dejar de fumar al inicio de embarazo podrá no ser suficiente. Nuestra recomendación es que todas las mujeres embarazadas, fumen o haya dejado de fumar, deberían tomar dosis relativamente altas de ácido fólico.”

**Datos de contacto:**

Maria de la Plaza  
620 059 329

Nota de prensa publicada en: [Madrid / Granada](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina Madrid](#) [Andalucia](#) [Medicina alternativa](#) [Otras ciencias](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>