

CAPACIDAD FISICA, DEFICIENCIA DE HIERRO Y ANEMIA EN
TRABAJADORES AGRICOLAS DE CENTRO AMERICA

Dr. Fernando Viteri, Dr. E. Cifuentes. Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP). Guatemala.

El efecto de la deficiencia de hierro y de la anemia en la capacidad física de trabajadores agrícolas que laboran en trabajos de campo que requieren gastos energéticos elevados, se investigó de una manera doble ciega en 62 hombres entre 16 y 44 años, provenientes de la costa de Guatemala. Su hemoglobina y volumen de células empacadas (VCE) varió de 3.5 a 16.5 y de 14 a 46, respectivamente. La deficiencia de hierro ocurrió en el 69% de los casos. Los sujetos se dividieron en dos grupos: uno recibió hierro en forma de sulfato ferroso P. O. (120 mg. por día) el otro una tableta idéntica pero sin hierro. La condición hematológica y la prueba de la grada de Harvard (PGH) se evaluaron periódicamente después de 15, 30, 60, 120 y 180 días de estudio. El grupo que recibió hierro elevó su VCE a niveles normales en dos meses, mientras que el grupo que recibía la tableta sin hierro no sufrió ningún cambio. En 15 y 30 días había un aumento progresivo en VCE, sin embargo no significativo a los 15 días. La PGH en el grupo que recibió hierro se elevó significativamente en 15, 30 y 60 días, manteniéndose estable de ahí en adelante. El grupo sin hierro no cambió. Valores de la PGH significativamente diferentes se obtuvieron entre grupos que difirieron 10% en VCE a través de todos los valores de este índice hematológico comprendidos entre menos de 20 y 40%.