

Poco ferro disturba le giovani menti



Nei bambini e adolescenti l'anemia da carenza di ferro (Ida) aumenta il rischio di disturbi psichiatrici. Lo afferma **Ya-Mei Bai**, psichiatra della National Yang-Ming University di Taiwan in uno studio pubblicato online su *Bmc Psychiatry*. «Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, la scarsità di ferro è la carenza nutrizionale più diffusa, e l'anemia da carenza di ferro è una condizione frequente nei bambini e adolescenti dei paesi non industrializzati, ma anche nel mondo occidentale» si legge nelle premesse. È caratterizzata da un difetto di sintesi dell'emoglobina per la scarsa disponibilità di ferro, con ridotta capacità dei globuli rossi di trasportare ossigeno ai tessuti. Da qui i sintomi: pallore, dispnea, vertigini e, in certi casi, disturbi cognitivi. «Il ferro svolge un ruolo cruciale nello sviluppo del cervello, in particolare nella mielinizzazione della materia bianca e nel funzionamento di diversi sistemi di neurotrasmettitori, come dopamina, noradrenalina e serotonina» spiega lo psichiatra cinese. Alcuni studi indicano che essa influenza lo sviluppo cognitivo, ma l'associazione tra anemia ferrocarenziale e disturbi psichiatrici in bambini e adolescenti è da dimostrare. «Questo studio, usando un archivio assicurativo nazionale, il Taiwan National Health Insurance Database, ha verificato il rapporto tra le due condizioni in giovane età» sottolinea Bai. I partecipanti sono stati 2.957 ragazzi con diagnosi di anemia da carenza di ferro e 11.828 individui sani abbinati per età e sesso. I risultati, aggiustati per dati demografici e fattori di rischio legati all'anemia, dimostrano che bambini e adolescenti con anemia avevano un rischio più elevato dei soggetti di controllo di sviluppare disturbi psichiatrici come ansia, depressione, disturbo bipolare e autismo. I ricercatori fanno opportunamente notare che le associazioni osservate non indicano se la carenza di ferro è responsabile dei problemi psichiatrici o viceversa. Per esempio, i disturbi alimentari osservati nei bambini con sintomi psichiatrici potrebbero contribuire alla carenza di ferro.

[Bmc Psychiatry 2013, 13:161](#)