

SUPLEMENTO DE FERRO EM MULHERES MELHORA CANSAÇO?

Verdon F, Burnand B, Stubi CL, Bonard C, Graff M, Michaud A et al. Iron supplementation for unexplained fatigue in non-anaemic women: a double blind randomised placebo controlled trial. *BMJ* 2003; 326:1124-6.

144 mulheres com sintomas de fadiga não atribuíveis a causas comuns (critérios de exclusão: anemia estabelecida, síndrome de fadiga crônica ou causas físicas ou psiquiátricas aparentes) entraram num ensaio prospectivo, controlado com o placebo e com dupla ocultação, em contexto de cuidados de saúde primários. Após quantificação do grau de fadiga através de uma escala visual 0-10 (pior), foram aleatoriamente distribuídas por dois grupos: as mulheres submetidas a 80 mg de sulfato ferroso/dia *versus* placebo. Os dois grupos apresentavam valores semelhantes no grau de fadiga, níveis de ansiedade, idade, concentração de hemoglobina, sendo de realçar que a maioria das mulheres (85%) apresentava níveis de ferritina inferior a 50 µg/L. Ao fim de quatro semanas, tempo de duração do estudo, com taxas de aderência e abandono idênticos nos dois grupos, verificou-se que aquele que foi submetido a ferro referiu um grau de fadiga inferior (-1,82/6,37 pontos -29%) comparativamente com o grupo de controlo (-0,85 / 6,46 pontos -13%). A análise de subgrupos mostrou que esta melhoria foi encontrada nas mulheres com concentração de ferritina inferior a 50 µg/L. Conclui-se que aquelas mulheres que se queixavam de sintomas de fadiga não explicáveis, nomeadamente por anemia e por outras causas comuns, e que apresentavam uma concentração de ferritina mais baixa, melhoravam com a administração de ferro du-

rante um mês de tratamento.

Este estudo, para além de evidenciar mais uma possível indicação terapêutica do ferro elementar, levamos a considerar o pedido da concentração da ferritina, numa primeira investigação laboratorial, àquelas mulheres que revelem sintomas de cansaço.

Mário Santos
CS Oeiras