

ENDOCRINOLOGÍA

Los diabéticos han de tomar más folatos

Los autores de un trabajo publicado en *Diabetes* creen que los pacientes con diabetes tipo 1 deben elevar su consumo de folatos (presentes en el zumo de naranja, verduras de hoja verde, hígado...) para cuidar su salud vascular. Las complicaciones de esta clase son frecuentes en estos enfermos porque suelen desarrollar disfunciones en el endotelio vascular desde edades muy tempranas (en el estudio se detectaron estos problemas en niños con una edad media de 13 años). Los científicos sugieren que un nivel óptimo de folatos en sangre ayuda a preservar el interior de los vasos sanguíneos, ya que estos nutrientes reducen las cantidades de homocisteína (agresor endotelial). Además, quieren llevar a cabo más trabajos para determinar si estos compuestos son útiles a la hora de evitar las complicaciones vasculares que, a largo plazo, se asocian a la diabetes. / **AR**