

# Déficit de vitamina B

¿En qué pacientes se debe investigar?

## medifichas

¿Qué signos y síntomas, considerando también los factores predisponentes, deben hacernos sospechar de déficit de vitaminas B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub> o B<sub>12</sub>?

### FACTORES PREDISPONENTES

### SIGNOS Y SÍNTOMAS

B<sub>1</sub>

- **Relacionados con la dieta:** dietas a base de carbohidratos muy refinados, consumo de café o marisco crudo, obesidad importante y trastornos psiquiátricos que conllevan desnutrición (anorexia nerviosa, bulimia o alcoholismo crónico).
- **Requerimientos aumentados:** embarazo, lactancia, hipertiroidismo y fiebre.
- **Absorción reducida:** cirugía gastrointestinal.
- **Eliminación aumentada:** diarrea crónica, enfermedades renales, diálisis, administración de diuréticos y diabetes.
- **Considerar también:** edad avanzada, cáncer gástrico, cáncer de colon, pancreatitis, linfoma, leucemia, inmunodeficiencias adquiridas y enfermedad febril infecciosa crónica.

- **Síntomas iniciales:** anorexia, irritabilidad y alteraciones de la memoria a corto plazo.
- **Deficiencia prolongada:** pensar en:
  - **Beriberi húmedo:** insuficiencia cardíaca congestiva de alto gasto, miocardiopatía congestiva, taquicardia, edema periférico y parestesias.
  - **Beriberi seco:** neuropatía periférica simétrica con cambios motores y sensitivos, reflejos disminuidos y parestesias.
  - **Encefalopatía de Wernicke:** trastornos oculares (nistagmo, oftalmoplejia), confusión y cambios en el estado de alerta.
  - **Síndrome de Wernicke-Kórsakov:** si la encefalopatía de Wernicke incluye pérdida de memoria y psicosis con fabulación.

B<sub>6</sub>

- **Relacionados con la dieta:** desnutrición, alcoholismo y obesidad.
- **Requerimientos aumentados:** ejercicio físico.
- **Absorción reducida:** celiacía, enfermedad de Crohn y colitis ulcerosa.
- **Eliminación aumentada:** hemodiálisis, fármacos (isoniazida, penicilamina, corticoides, anticonvulsivos y anticonceptivos orales) y artritis reumatoide.
- **Considerar también:** insuficiencia renal crónica, trasplante renal, anemia sideroblástica y estado catabólico.

- **Sistema nervioso:** convulsiones, irritabilidad, vómitos y debilidad (en especial, en niños). Neuropatía periférica (en especial, en adultos). Confusión, discinesias y depresión.
- **Lesiones cutáneas:** glositis, queilitis comisural y dermatitis seborreica alrededor de los ojos, nariz y boca.
- **Signos adicionales:** anemia microcítica, hiperoxaluria, cálculos de ácido oxálico en la vejiga, hiperglicinemia, linfopenia, disminución de la formación de anticuerpos, infecciones y alteraciones electroencefalográficas.

B<sub>12</sub>

- **Relacionados con la dieta:** abuso de alcohol, edad avanzada, dieta vegetariana o vegana y lactantes de madres con deficiencia de vitamina B<sub>12</sub>.
- **Absorción reducida:** cirugía gastrointestinal y enfermedad de Crohn.
- **Factores genéticos:** deficiencia de transcobalamina II.
- **Disminución del factor intrínseco:** gastritis atrófica, anemia perniciosa y síndrome de evacuación gástrica rápida.
- **Fármacos:** administración crónica de antagonistas de los receptores H<sub>2</sub>, metformina o inhibidores de la bomba de protones.

- **Cutáneos:** vitiligo, hiperpigmentación de los nudillos y palmas, glositis, ictericia y palidez.
- **Hematológicos:** anemia megaloblástica y macrocítica (con fatiga y palidez).
- **Neuropsiquiátricos** (en estados más avanzados): deterioro cognitivo, depresión, ataxia, parestesia, neuropatía periférica y pérdida de propiocepción.
- **Signos adicionales:** diarrea y dolor de cabeza.

descárgate más medifichas en [www.almirallmed.es](http://www.almirallmed.es)

- Ankar A, Kumar A. Vitamin B12 Deficiency (Cobalamin). [Actualizado 11 ene 2019; citado 29 may 2020]. En: Statpearls [Internet]. Treasure Island, FL (EE. UU.): StatPearls Publishing; ene 2020. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK441923/>
- Kliegman RM, Stanton BF, St. Geme JW, Schor NF, Behrman RE. Nelson Textbook of Pediatrics. 19.ª edició. Filadelfia (EE. UU.): Saunders; 2011. 2680 p.
- Mimenza Alvarado A, Aguilar Navarro S. Complex B vitamins: Physiology and Therapeutic Effect on Pain. Am J Pharmacol Sci [Internet]. 2016 [citado 29 may 2020];4(2):20-7. Disponible en: <http://pubs.sciepub.com/ajps/4/2/2/>
- ODS: Office of Dietary Supplements - NIH: National Institutes of Health [Internet]. Bethesda, MD (EE. UU.): ODS-NIH; [actualizado 2020]. Vitamin B6. Fact Sheet for Health Professionals; [actualizado 24 feb 2020; citado 3 jun 2020]; [aprox. 9 pantallas]. Disponible en: <https://ods.od.nih.gov/factsheets/VitaminB6-HealthProfessional/#h5>
- Wiley KD, Gupta M. Vitamin B1 Thiamine Deficiency (Beriberi). [Actualizado 29 dic 2019; citado 29 may 2020]. En: Statpearls [Internet]. Treasure Island, FL (EE. UU.): StatPearls Publishing; ene 2020. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537204/>