

# Causas de la deficiencia de VITAMINAS B

Estos son los factores predisponentes de deficiencia de las **vitaminas B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub> o B<sub>12</sub>** NO relacionados con el consumo de fármacos:<sup>1-10</sup>

## Relacionados con la dieta



**B<sub>1</sub>**

- Dietas a base de carbohidratos refinados
- Consumo de café o marisco crudo
- Obesidad importante
- Ingesta insuficiente (trastornos de la alimentación)
- Abuso crónico de alcohol

**B<sub>6</sub>**

- Desnutrición
- Abuso crónico del alcohol
- Obesidad

**B<sub>12</sub>**

- Dieta vegetariana o vegana
- Abuso crónico de alcohol
- Edad avanzada

## Necesidades aumentadas



**B<sub>1</sub>**

- Hipertiroidismo
- Fiebre prolongada

**B<sub>6</sub>**

- Ejercicio físico continuado

## Absorción reducida



**B<sub>1</sub>**

- Resección gástrica o intestinal

**B<sub>6</sub>**

- Celiacía
- Enfermedad de Crohn
- Colitis ulcerosa

**B<sub>12</sub>**

- Resección gástrica o intestinal
- Enfermedad de Crohn

## Eliminación aumentada



**B<sub>1</sub>**

- Diarrea crónica
- Diabetes *mellitus*
- Enfermedades renales y hemodiálisis

**B<sub>6</sub>**

- Hemodiálisis
- Artritis reumatoide

## Factores genéticos



**B<sub>12</sub>**

- Deficiencia de transcobalamina II

## Disminución del factor intrínseco



**B<sub>12</sub>**

- Resección gástrica (cáncer o cirugía bariática)
- Gastritis atrófica
- Anemia perniciosa
- Síndrome de evacuación gástrica rápida

## Considerar también...



**B<sub>1</sub>**

- Edad avanzada
- Cáncer gástrico, cáncer de colon, linfoma y leucemia
- Pancreatitis
- Inmunodeficiencias adquiridas
- Enfermedades infecciosas de evolución crónica (p. ej., tuberculosis)

**B<sub>6</sub>**

- Insuficiencia renal crónica
- Trasplante renal

1. ODS: Office of Dietary Supplements - NIH: National Institutes of Health [Internet]. Bethesda, MD (EE. UU.): ODS-NIH; [actualizado 2021]. Vitamin B6. Fact Sheet for Health Professionals; [actualizado 26 mar 2021; citado 25 nov 2021]; [aprox. 9 pantallas]. Disponible en: <https://ods.od.nih.gov/factsheets/VitaminB6-HealthProfessional/>

2. Ankar A. Vitamin B12 Deficiency. [Actualizado 7 jun 2021; citado 24 nov 2021]. En: StatPearls [Internet]. Treasure Island, Florida (EE. UU.): StatPearls Publishing; c2021. Aprox. 9 pantallas. Disponible en: <https://www.statpearls.com/articlelibrary/viewarticle/31217/>

3. Kliegman RM, Stanton BF, St Geme JW, Schor NF, Behrman RE. Nelson Textbook of Pediatrics. 19.ª ed. Filadelfia (EE. UU.): Saunders; 2011. 2680 p.

4. Mimenza Alvarado A, Aguilar Navarro S. Complex B vitamins: Physiology and Therapeutic Effect on Pain. Am J Pharmacol Sci [Internet]. 2016 [citado 25 nov 2021];4(2):20-7. Disponible en: <http://pubs.sciepub.com/ajps/4/2/2/>

5. Wiley K. Vitamin B1 Thiamine Deficiency. [Actualizado 21 jun 2021; citado 25 nov 2021]. En: StatPearls [Internet]. Treasure Island, Florida (EE. UU.): StatPearls Publishing; c2021. Aprox. 8 pantallas. Disponible en: <https://www.statpearls.com/articlelibrary/viewarticle/18223>

6. Attaluri P, Castillo A, Edriss H, Nugent K. Thiamine Deficiency: An Important Consideration in Critically Ill Patients. Am J Med Sci [Internet]. Oct 2018 [citado 3 nov 2021];356(4):382-90. Disponible en: <http://www.amjmedsci.org/article/S0002962918302271/fulltext>

7. ODS: Office of Dietary Supplements - NIH: National Institutes of Health [Internet]. Bethesda, MD (EE. UU.): ODS-NIH; [actualizado 2022]. Thiamin. Fact Sheet for Health Professionals; [actualizado 26 mar 2021; citado 3 feb 2022]; [aprox. 10 pantallas]. Disponible en: <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Thiamin-HealthProfessional/>

8. Abosamak NR, Gupta V. Vitamin B6 (Pyridoxine). [Actualizado 25 jul 2021; citado 25 nov 2021]. En: Statpearls [Internet]. Treasure Island, FL (EE. UU.): StatPearls Publishing LLC; c2021. Aprox. 6 pantallas. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK557436/>

9. PubChem [Internet]. Bethesda, MD (EE. UU.): National Center for Biotechnology Information - National Institutes of Health. 1988-2022. Vitamin B12 [citado 3 feb 2022]; [aprox. 39 pantallas]. Disponible en: <https://pubchem.ncbi.nlm.nih.gov/compound/70678590#section=Toxicological-Information>

10. Berenson AB, Rahman M. Effect of hormonal contraceptives on vitamin B12 level and the association of the latter with bone mineral density. Contraception [Internet]. Nov 2012 [citado 3 feb 2022];86(5):481-7. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.contraception.2012.02.015>