

BỔ SUNG SẮT VÀO NGŨ CỐC ĐỂ GIẢM NGUY CƠ THIẾU MÁU Ở TRẺ

Các nhà khoa học Hà Lan kêu gọi các nước nghèo bổ sung chất sắt vào ngũ cốc nhằm hạn chế tình trạng thiếu máu ở trẻ em.

Theo kết quả một công trình nghiên cứu của các nhà khoa học Hà Lan, công bố trên tạp chí y khoa "Lancet" (Anh) số ra ngày 26.5, ngũ cốc nếu được bổ sung một loại chất sắt mới có tên khoa học là "sodium iron edetic acid" (NaFeEDTA), sẽ giúp chống lại bệnh thiếu máu hiện được cho là khá phổ biến ở trẻ em các nước nghèo.

Theo thống kê, gần một nửa số trẻ em tại các nước đang phát triển có nguy cơ thiếu chất sắt, chủ yếu do chế độ ăn phụ thuộc quá nhiều vào gạo, ngô và các loại ngũ cốc khác. Trong ngũ cốc có chứa chất phytate, chất này cản trở quá trình hấp thụ sắt trong ruột, khiến cơ thể chỉ hấp thụ được 5% lượng sắt từ thức ăn thực vật, phần còn lại bị thải ra ngoài. Trong nghiên cứu của các nhà khoa học thuộc trường ĐH Wageningen - Hà Lan, chất sắt NaFeEDTA, gồm các hạt sắt nhỏ được bao bọc trong lớp "áo khoác" hợp chất các-bon, có thể ngăn chặn sự xâm nhập của chất phytate và từ đó đưa toàn bộ lượng sắt trong thức ăn vào ruột để thẩm thấu.

Các nhà khoa học đã tiến hành thử nghiệm với 505 trẻ 3-8 tuổi sống ở vùng Marafa miền Đông Kenya và chia thành ba nhóm nghiên cứu. Hàng ngày, tất cả những trẻ em này ăn món u-gi (món cháo của dân địa phương làm từ bột ngô và trộn đường). Nhóm thứ nhất ăn u-gi không bổ sung sắt. Nhóm thứ hai ăn u-gi có thêm sắt điện phân, loại chất sắt phổ biến mà nhiều nước đang sử dụng để phòng ngừa chứng thiếu máu.

Nhóm còn lại được ăn u-gi đã bổ sung "sắt-EDTA" mới. Kết quả cho thấy, sau 5 tháng, món u-gi có bổ sung "sắt - EDTA" đã giảm tới 89% tỷ lệ trẻ mắc bệnh thiếu máu, so với nhóm thứ nhất. Trong khi đó, sắt điện phân đã áp dụng ở nhóm thứ hai dường như không tạo ra hiệu quả trong việc đẩy lùi chứng bệnh này.

Năm 1990 chỉ có hai nước là Mỹ và Canada bổ sung chất sắt vào bột mì. Đến nay đã có 49 nước thực hiện việc này, trong đó có một số nước đang phát triển như Nigeria và Nam Phi.