

### **Nutrición y sistema inmune\*** (resumen)

Ranjit Kumar Chandra

Académico Correspondiente de la Sección de Medicina de la Real Academia de Doctores de España

La nutrición es un factor determinante de la respuesta inmune y la malnutrición es la causa más común de inmunodeficiencia en todo el mundo.

La malnutrición calorico-proteica está asociada con la alteración de la inmunidad celular, la fagocitosis, el sistema del complemento, la concentración de la IgA secretora y la producción de citoquinas.

Las deficiencias de un único nutriente también dan lugar a cambios en la respuesta inmune. Esto se observa incluso cuando el estado deficitario es relativamente moderado. Dentro de los micronutrientes, el zinc, el selenio, el hierro, el cobre, las vitaminas A, C, E, B6 y el ácido fólico tienen gran influencia en la respuesta inmune.

La sobrealimentación y la obesidad también reducen la inmunidad. Los niños que nacen con bajo peso tienen alterada de forma prolongada la inmunidad celular. Esta alteración puede revertir parcialmente proporcionando suplementación de zinc en la dieta. En personas de edad avanzada, la inmunidad alterada puede mejorar con una combinación de micronutrientes en cantidades moderadas.

Estos hallazgos son de importancia práctica significativa en la salud pública.

---

\* Discurso pronunciado por el Dr. D. Honorio Carlos Bando Casado en su toma de posesión como Académico Correspondiente de la Real Academia de Doctores celebrada el 04-02-2015.