



ARSÉNICO. El arsénico es muy conocido por su gran toxicidad, pero diversas investigaciones han mostrado su carácter de elemento esencial, de modo que su déficit puede dar lugar a diversas complicaciones carenciales. Por ejemplo, la deficiencia en arsénico, produce la muerte en cabras lactantes; en roedores altera el metabolismo de la metionina; y en humanos sometidos a hemodiálisis puede ocasionar desórdenes nerviosos y enfermedades vasculares y malignas. Una dieta normal contiene las necesidades usuales, evaluadas entre 12 y 15 microgramos diarios. El arsénico (inorgánico y orgánico) es proporcionado principalmente por carnes, pescados, vegetales amiláceos (con almidón) y cereales.