

# 'Nutrimenthe', dieta a la carta para el desarrollo cognitivo

El Proyecto europeo *Nutrimenthe* está evaluando los efectos de una dieta adecuada en el desarrollo cognitivo, mental y de la conducta, y sobre la epigenética. Se espera que los resultados permitan intervenir para solucionar las alteraciones que produce una mala alimentación.

**25/02/2009**

El Proyecto Europeo *Nutrimenthe*, coordinado por Cristina Campoy, del Departamento de Pediatría de la Universidad de Granada, pretende evaluar los efectos a largo plazo de la dieta sobre el desarrollo de la conducta, mental y de la madurez cognitiva, y sobre la expresión de determinados genes asociados con el desarrollo intelectual. *Nutrimenthe* permitirá hacer un seguimiento de más de 25.000 niños dentro del VII Programa Marco de la Unión Europea, y en ella participan hasta 20 centros de diez países, que realizan 13 subproyectos.

Los participantes del trabajo forman parte de diversas cohortes europeas, en las que se investigan sus dietas y las de sus madres, y se prolongará hasta los 9,5 años de los niños para observar el efecto sobre la conducta y el desarrollo mental. "Se están estudiando diferentes componentes esenciales para el desarrollo mental y su efecto, como los ácidos grasos poliinsaturados -sobre todo el ácido docosahexaenoico-, el ácido fólico, vitaminas y minerales", ha explicado Campoy a DM.

## Diferentes líneas

Uno de los subproyectos de *Nutrimenthe*, también liderado por Campoy, "se centra en el desarrollo de una batería de test neuropsicológicos adaptados por edades a los niños europeos, en los que se establecerán patrones para el análisis del desarrollo cognitivo". Los resultados se validarán en todos los países europeos y permitirán hacer comparaciones.

"Hay componentes de la dieta que influyen sobre la conducta. Por ejemplo, ha aumentado el síndrome de hiperactividad, y se ha visto que dietas deficitarias en algunos nutrientes pueden determinar su desarrollo y que pueden reeducarse mediante la ingesta adecuada de ciertos componentes. En otros niños el déficit de un nutriente en una etapa determinada del desarrollo produce que no alcancen el potencial cognitivo programado. Eso es lo que estamos intentando demostrar y solucionar".

Así surgió *Nutrimenthe*, a partir de otras líneas de investigación en Europa, y que investigaban los efectos de la dieta en la programación precoz de las patologías del adulto, como el programa *Earnest*. "A partir de ahí, como se estaba realizando en todos los niños un seguimiento neurológico, surgió la idea de analizar este aspecto". En la misma línea, el equipo de Campoy participó en el V Programa Marco con un trabajo en el que se suplementó con DHA y ácido fólico a embarazadas para comprobar la repercusión en el desarrollo mental y neurológico de los niños a largo plazo ([ver DM 5-III-2008](#)).

## Dieta a la carta

La Comisión Europea convocó *Nutrimenthe* basándose en su posible impacto social y económico. "Si podemos influir en el tipo de alimentación de la sociedad europea para conseguir que los niños alcancen su máximo potencial sería muy importante. Hay evidencias de que un aumento del cociente intelectual de unos pocos puntos en la media poblacional tiene un gran impacto en el rendimiento económico". Por eso, las investigaciones apuntan hacia sistemas nutritivos que consigan paliar los daños que una mala alimentación produce en el desarrollo. Se trataría de crear una dieta a la carta, que podría dar pie a la aparición de nuevos productos alimenticios y farmacéuticos para los primeros años de vida.

En ambos proyectos se está analizando la influencia de los nutrientes sobre la programación genética de los individuos. "Estamos intentando demostrar que esto ocurre, de tal forma que podríamos intervenir sobre el efecto nocivo de una mala programación. Así se podría diseñar una dieta individualizada para las madres antes del embarazo o durante la gestación, que module el crecimiento fetal. Lo que se vislumbra es prometedor, aunque hay aspectos que están en investigación básica".

La base genética que va a generar este proyecto es muy interesante en relación con la dieta y el desarrollo mental, y cuenta con un componente ético muy importante". Si los resultados del *Nutrimenthe* continúan en la misma línea, desde la Comisión quieren que los investigadores se pronuncien sobre la desnutrición y el hambre en los países subdesarrollados. "No sólo es el efecto de la falta de comida, sino que las transformaciones genéticas que se producen por la falta de determinados nutrientes están haciendo que generación tras generación hereden problemas en el desarrollo cognitivo. Aunque consiguiéramos paliar el hambre, la transformación genética ya se ha producido y necesitarán muchos años para llegar a un nivel intelectual parecido al que tenemos en las sociedades industrializadas".

Toda la información genética y del desarrollo de la inteligencia que se derive del estudio pasará a unas bases de datos disponibles para todos los países. Además, el proyecto está evaluando cómo se transmiten los conocimientos sobre nutrición a padres y profesores y quiere crear recomendaciones adecuadas de nutrición para embarazadas y niños. En el proyecto también participan la Universidad de Cantabria con la Fundación Marqués de Valdecilla, y el departamento de Pediatría de la Universidad de Reus.

¿Qué es esto?

Anuncios Google

[Trastornos Alimentación](#)

Tratamiento de Depresión, Ansiedad, Estrés, Trastornos. ¡Llámenos Ahora!