Alimentación en el embarazo determina el desarrollo cognitivo del bebé

Martes, 04 de Octubre 2011 | 9:52 am

EFE

Un estudio vuelve a poner en evidencia la importancia de una adecuada alimentación en el embarazo, la forma en que se alimente la embarazada repercutirá en la salud del bebé a lo largo de su vida.

El estudio realizado en Europa durante diez años y coordinado desde la Universidad de Granada corrobora que una buena alimentación de la madre durante la gestación y la lactancia favorece un desarrollo psicomotor y cognitivo óptimo de sus hijos.

Sobre la investigación:
- La investigación se realizó con más de 300 mujeres: A la mitad se le administraron suplementos de ácido fólico, omega 3 y omega 6 en el embarazo a partir de la semana 20 de gestación y luego se hizo un seguimiento de los niños desde que nacieron hasta que cumplieron los 9 años.
- Los niños de madres con mejores niveles nutricionales de omega 6 presentaban a los 4 años mejor agudeza visual y maduración de la retina.
- A niveles medios de omega 3, los niños se situaban en los percentiles más altos de inteligencia a los 6 años y medio, mientras que en cuanto al ácido fólico, notaron que influye en la rapidez de la resolución de problemas a los 8 años.
- El ácido fólico es una ayuda indispensable durante el embarazo. Previene los defectos del tubo neural graves como espina bífida o anencefalia, entre otros defectos congénitos.

Sin duda los cuidados de la madre durante el embarazo influyen en el desarrollo del niño por nacer, la forma en que se alimente la embarazada repercutirá en la salud del bebé a lo largo de su vida.

- Share
  9
-
-

Temas :
Limaembarazonutricionalimentaciondesarrolloniño

Noticias relacionadas

- Madres en Chile tendrán permiso postnatal de seis meses
- Fomentar el juego en los niños hace que sean más sociables
- Los recién nacidos son capaces de distinguir idiomas
- El niño que toma leche materna asegura el desarrollo de conocimientos
- Sufrir maltrato en la infancia duplica riesgo de depresión en la adultez
- Niños que duermen menos tienen mayor riesgo de sobrepeso
- Amor en la primera hora de vida: Contacto entre la madre y el bebé