

La dieta durante el embarazo influye en el riesgo de los niños de padecer alergias

Investigadores de Francia han identificado una posible relación entre los alimentos consumidos por una mujer durante su embarazo y el riesgo de que los niños desarrollen alergias. Los descubrimientos, sobre los que se ha publicado un artículo en *Journal of Physiology*, apuntan a que si la dieta de la madre contiene un grupo concreto de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI), algunos incluidos en el pescado, el aceite de nuez o la linaza, el intestino del feto se desarrolla de forma distinta.

FUENTE | [CORDIS: Servicio de Información en I+D Comunitario](#)

16/09/2011

La comunidad científica entiende que los AGPI mejoran la forma en la que las células inmunitarias del intestino del niño responden ante bacterias y a otras sustancias, reduciendo así el riesgo de que sufra alergias. En estudios anteriores se había descubierto que cuando una embarazada toma suplementos de pescado o de aceite de nuez se reduce el riesgo de que el niño desarrolle alergias. Faltaba por averiguar la razón de ese efecto.

En este estudio, el equipo de investigadores muestra que, cuando la dieta de una embarazada incluye un suplemento de AGPI n-3, el intestino de su bebé se vuelve más permeable. Cuanto más permeable es el intestino más fácil accede el torrente sanguíneo del bebé a las bacterias y a las sustancias extrañas. Estas sustancias activan la respuesta inmunitaria del bebé y dan lugar a la producción de anticuerpos.

"Existe un gran interés científico en la dieta materna durante el embarazo", explicó la Dra. Gaëlle Boudry del [Instituto Nacional de Investigación Agronómica \(INRA\)](#) de Francia y coautora del estudio. "El grupo de los ácidos grasos poliinsaturados que hemos mostrado que contribuyen a la función intestinal está desapareciendo de la dieta occidental; la ingesta de pescado o de aceites procedentes de frutos secos está sustituyéndose por aceites de maíz que contienen otro tipo de ácidos grasos", aclaró.

"Nuestro estudio revela que determinado grupo de ácidos grasos poliinsaturados, conocido como AGPI n-3, provoca un cambio en el desarrollo del intestino del feto, lo que a su vez podría afectar al proceso de desarrollo del sistema inmunitario. Probablemente estos cambios reduzcan el riesgo de desarrollar alergias en etapas posteriores de la vida".

"Al final el sistema inmunitario del bebé podría desarrollarse y madurar mucho antes, lo que daría lugar a una función inmunitaria mejor y una menor probabilidad de sufrir alergias."

Estos descubrimientos corroboran trabajos anteriores en los que se indicaba que la ingesta de AGPI n-3 durante el embarazo prolonga la gestación y la maduración del sistema nervioso central del feto. Los datos también sugieren que la capacidad mental de estos niños es mejor en la infancia.

"Otros estudios han descubierto que una dieta que contenga aceite de pescado o nueces durante el embarazo puede aumentar la inteligencia del bebé", afirmó la Dra. Boudry. "Nuestra investigación refuerza esta teoría y sugiere que estos suplementos aceleran el desarrollo de un sistema inmunitario sano y previene alergias alimentarias."

Los investigadores ampliarán la investigación y evaluarán si los aparentes efectos de mejora intestinal de los AGPI n-3 en bebés se mantienen con el paso de los años.