

# El consumo de grasas “trans” durante el embarazo aumenta el tamaño de los hijos

Madrid (15-17/10/2011) - E.P.

## **Necesitan una cesárea para nacer y podrían tener un mayor riesgo de desarrollar diabetes y enfermedades cardíacas durante su vida**

Las embarazadas que consumen grasas "trans" procedentes de comida rápida y otros platos poco saludables podrían tener hijos más grandes. Así lo advierte un estudio de la Harvard School of Public Health, en Boston (Estados Unidos), cuyos resultados se publican en American Journal of Clinical Nutrition.

Estos investigadores estudiaron a 1.400 embarazadas del área de la ciudad de Boston, que dieron a luz entre 1999 y 2002. Estas mujeres rellenaron cuestionarios sobre su alimentación durante el primer y el segundo trimestre de su embarazo.

Así descubrieron que, a mayor ingesta durante el segundo trimestre de embarazo de grasas "trans", que reducen los niveles de colesterol HDL y elevan los del colesterol LDL, mayor era el tamaño del recién nacido.

El trabajo no demuestra que las grasas "trans" solas disparen el crecimiento fetal. Además, deja sin aclarar cuánto daño hacen a la salud. Sin embargo, advierten del riesgo de tener recién nacidos más grandes de lo normal, según la directora de esta investigación, Juliana Cohen, de la Harvard School of PublicHealth.

Según esta experta, los niños grandes pueden necesitar una cesárea para nacer. Además, varios estudios han demostrado que podrían tener un mayor riesgo de desarrollar diabetes y enfermedades cardíacas durante su vida. Sería prudente limitar las grasas "trans" en la dieta de cualquier modo. Las embarazadas podrían pensar en cómo estas grasas afectarían también al crecimiento fetal.