



ENCUESTA
Gana suscripción
Regalamos 1.111
Participar

Edición: **Granada** Edición Almería Edición Jaén Personalizar

Iniciar sesión

Portada Local Deportes Economía Más Actualidad Gente y TV Ocio Participa Blogs Servicios Hemeroteca

Granada Costa Provincia Motril Loja Guadix Baza

Estás en: Granada - Ideal > Granada > **Últimas noticias** > **Demuestran que el consumo semanal de salmón beneficia la salud de embarazadas**

ÚLTIMAS NOTICIAS DE GRANADA 11:20

Demuestran que el consumo semanal de salmón beneficia la salud de embarazadas

Agencia EFE

Granada, 15 mar (EFE).- Científicos de la Universidad de Granada han demostrado que el consumo semanal de dos piezas de salmón con altos niveles de ácidos grasos omega 3 y mínimamente contaminado, durante el embarazo resulta beneficioso tanto para la salud de la mujer como para la de sus hijos.

La investigación, enmarcada dentro de un proyecto financiado por el VI Programa Marco de la Unión Europea denominado "The Salmon (SiPS)", revela que el consumo de salmón aumenta tanto en ellas como en los recién nacidos el nivel de ácidos grasos omega 3 y mejora los niveles de antioxidantes de ambos.

Además no afecta al nivel de estrés oxidativo en el organismo ni a la respuesta inflamatoria y la homeostasis vascular, según ha informado la investigación académica.

Para llevar a cabo este trabajo, sus autores seleccionaron una muestra aleatoria de mujeres embarazadas con un bajo consumo de pescado.

Estas mujeres se dividieron en dos grupos: el grupo Control, que continuó con su dieta habitual, y el grupo Salmón, que incorporó a su dieta un salmón "hecho a medida", desde la semana 20 del embarazo hasta dar a luz.

Este salmón se caracteriza por haber sido criado en piscifactoría pero con una dieta controlada, con el uso de ingredientes selectos (de origen vegetal como algas y zooplancton), de tal forma que es rico en ácidos grasos omega 3 de origen vegetal.

Además, contiene antioxidantes como las vitaminas A y E, selenio y muy bajos niveles de contaminantes.

Las mujeres participantes en el estudio proporcionaron muestras de sangre y de orina y completaron un cuestionario de frecuencia de consumo de pescado a la semana 20 del embarazo, igual que en la semana 34.

Posteriormente, en la semana 38 del periodo gestacional, también se tomaron muestras de sangre y de orina y en el momento del nacimiento se tomó sangre de cordón de la vena umbilical después del pinzamiento del cordón, inmediatamente después del parto.

[De iBanesto: sin gastos, ni comisiones, y con la confianza de un gran Banco.](#)

ANUNCIOS GOOGLE

Embarazo y parto

Piensa en el futuro del bebé. Banco de conservación de células madre
www.vidacord.es

Alimentos Antioxidantes

Retrasa el Envejecimiento, CoQ10 Resveratrol, Acai, Entrega 24 H.
www.hsnsuplementos.com

Instalación Energía Solar

Solicite Presupuestos Gratis, Es Facil y Rapido, Entra Ahora!
www.presupuestos-energia-solar.es

Adelgazar con Lipo-XR

Descubra la pastilla para perder peso que España ha estado esperando
Lipo-XR.es

ideal.es

Powered by SARENET

© Ideal Comunicación Digital SL Unipersonal
Registro Mercantil de Granada, Tomo 924, Libro 0, Folio 64, Sección 8, Hoja GR17840,
Inscripción 1ª C.I.F.: B18553883 Domicilio social en C/ Huelva 2, Polígono de ASEGRA 18210
Peligros (Granada) Correo electrónico de contacto: idealdigital@ideal.es Copyright © Ideal
Comunicación Digital S.L.U., Granada, 2008. Incluye contenidos de la empresa citada, del

ENLACES VOCENTO

ABC.es
El Correo Digital
elnortedecastilla.es
Elcomercio.es
SUR.es

Ho
La
Di
Ide
La