iSegurosMedicos.com
FIATC SEGUROS
Tu Seguro médico desde 29 €/mes

La dieta sana durante el embarazo eleva la inteligencia de los niños

Martes, 22 de Mayo 2012 | 11:06 am

0
Me gusta 35
Compartir

EFE

Estudio revela que las embarazadas que mantienen el nivel adecuado de ácido fõlico durante los meses de gestación favorecen una estructura cerebral de sus hijos.

Un equipo científico español ha revelado que las embarazadas que mantienen el nivel adecuado de ácido fólico durante los meses de gestación favorecen una estructura cerebral de sus hijos más adecuada para que sean más inteligentes.

El estudio ha sido coordinado por la profesora de la Universidad de Granada (España) Cristina Campoy a través del proyecto Nutrimenthe, destinado a conocer los efectos de la dieta en el rendimiento mental de los niños.

"Las embarazadas que no han logrado los niveles adecuados de ácido fõlico durante la gestación tienen hijos con dificultades de externalización e internalización de las conductas", explicó Campoy a Efe.

Esta investigadora incidió en la necesidad de controlar con **especial atención a mujeres obesas o que padezcan diabetes gestacional**, ya que llegan al final del embarazo con deficiencias en los niveles de ácido fõlico que afectarán a sus hijos.

"La nutrición materna tiene un efecto en el neurodesarrollo de los hijos y en su capacidad de procesamiento y sus capacidades visuales, por lo que hay que revisar la alimentación especialmente de las madres obesas", apuntó la coordinadora de Nutrimenthe.

La ingesta de alimentos como el brócoli o de suplementos de ácido fólico ha permitido mantener los niveles adecuados durante el embarazo, aunque no se han logrado los mismos objetivos con las embarazadas con sobrepeso, por lo que sería necesario un mayor control de su alimentación.

El proyecto Nutrimenthe, que finalizará en 2013, ha sido financiado por la Unión Europea y está evaluando alrededor de **25.000 niños de distintos países europeos** para comprobar si la ingesta de ácidos grasos tiene efectos beneficiosos en su formación cerebral.

EFE

Noticias relacionadas

- Mujeres que tuvieron hipertensión en embarazo pueden volver a tener mal
- Los beneficios del agua durante el embarazo
- Estrés en el embarazo puede causar déficit de hierro en el bebé
- Conozca cómo prevenir los problemas de visión durante el embarazo
- Mitos y verdades de la salud bucal durante el embarazo
- ¿Cómo se debe preparar una mujer nutricionalmente para ser madre?

Temas :
dieta embarazointeligencia infantilacido folico Salud