

# UNA CAPTURA MUY INTELECTUAL

## Comer pescado durante el embarazo mejora la capacidad mental de los niños y su conducta social

¿Pueden las mujeres embarazadas mejorar la capacidad intelectual de sus hijos comiendo pescado? Los resultados de un reciente estudio, presentado en la revista *American Journal of Clinical Nutrition* y coordinado por la profesora de la Universidad de Granada Cristina Campoy Folgoso, muestran cómo los niños nacidos de mujeres que consumieron más pescado durante el embarazo logran mejores resultados en las pruebas de inteligencia verbal, habilidades de motricidad fina y una mejor conducta prosocial.

Estos resultados han sido obtenidos en el marco del proyecto NUTRIMENTHE ("Efecto de la dieta sobre el rendimiento mental de los niños"), que ha sido financiado con 5,9 millones de euros a través del 7º Programa Marco de la UE (7PM), y coordinado por la profesora Cristina Campoy de la Universidad de Granada.

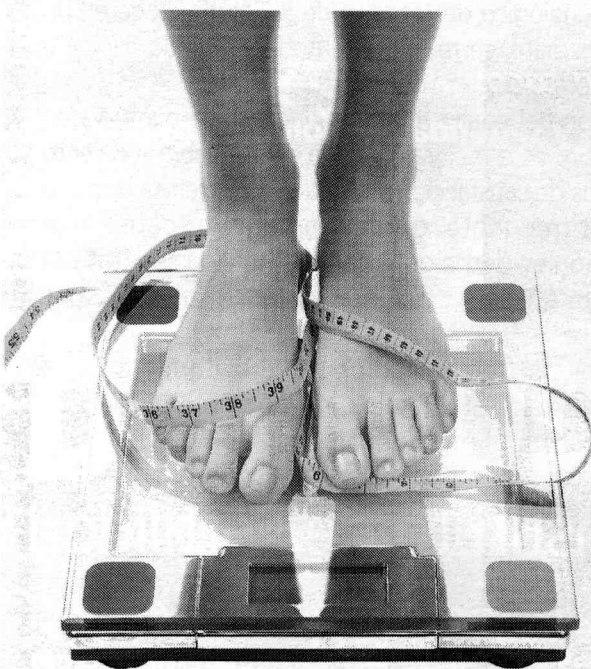
El aceite de pescado es la principal fuente de ácidos grasos omega-3 de cadena larga, como por ejemplo el ácido docosahexaenoico (DHA), un componente estructural clave de las membranas celulares del cerebro. La Comisión Europea apoya y declara las propiedades saludables del DHA, pues "Contribuye al desarrollo normal del cerebro fetal y de los bebés alimentados con leche materna y también favorece el desarrollo normal de la visión en el feto y en el lactante".

### EFFECTOS DE LA INGESTA DE PESCADO

En el estudio NUTRIMENTHE, los científicos han investigado el efecto de la ingesta de pescado durante la gestación junto a la variabilidad genética sobre la capacidad intelectual. Los investigadores del proyecto se centraron principalmente en los polimorfismos del grupo de genes de las desaturasas de ácidos grasos (FADS) que codifican las enzimas delta-5 y delta-6 desaturasas que intervienen en la síntesis de los ácidos grasos de cadena larga de las series omega-3 y omega-6.

Usando muestras de sangre de más de 2.000 mujeres, a las 20 semanas del embarazo, y del cordón umbilical

de sus hijos al nacimiento, los investigadores han analizado los ácidos grasos de cadena larga de las series omega-3 y omega-6 y han determinado el genotipo de 18 polimorfismos de nucleótido único del FADS. El equipo ha analizado el efecto de la ingesta materna de pescado durante la gestación, como fuente de ácidos grasos omega-3 y omega-6, y su efecto tras la transferencia placentaria sobre el desarrollo fetal y cómo los diferentes genotipos van a influir sobre los niveles de estos importantes ácidos grasos de cadena larga en el feto.



## INSTITUT LINE, siéntete bien cuando llega el verano

Ya está aquí el verano y con él, el deseo de verse bien. Estar en tu peso ideal, sin esos kilos de más, sin celulitis, con una piel firme y un cuerpo moldeado, en Institut Line es posible, llevamos más de 25 años haciendo realidad el sueño de miles de personas. Muchas son las personas que una y otra vez se desesperan tras dietas u otros métodos para adelgazar, ya que al no ver los resultados, se desaniman y desisten. La pérdida de peso es posible sin cambiar el estilo de vida.

Nuestra tecnología trabaja directamente en las zonas problemáticas ofreciendo excelentes resultados en tratamientos de sobrepeso y reducción de volumen en zonas específicas como barriga y piernas, flacidez, tonificación, circulación sanguínea y linfática, celulitis, antiarrugas e hidratación de la piel.

Con nuestro sistema único y exclusivo, perderás de 700 gr. a 1 Kg. por sesión de forma natural y relajante, sin medicación,

sin gimnasia y sin pasar hambre. Con nuestro sistema se puede perder peso de forma general y/o localizada.

Así los tratamientos son personalizados, tratando a cada persona según su necesidad, glúteos, caderas, muslos, abdomen, etc. Podrás perder peso donde lo necesitas.

### HOMBRES

Como las mujeres, los hombres tienden a ganar peso con la edad o por la vida sedentaria. Al contrario de la mujer, la localización de la grasa en los hombres se centra en el abdomen, y todos sabemos que no es saludable. Así pues, un hombre con sobrepeso debe adelgazar no sólo por razones estéticas.

Los tratamientos específicos para hombres: Adelgazamiento general y localizado, Adiposidad en abdomen. Flacidez y reducción de estrías, Reducción de volumen, Anti Stress, Anti arrugas y Reducción de la papada.