

“ENFERMEDADES CRÓNICAS: INFLUENCIA DEL DESARROLLO FETAL Y EL ENTORNO MATERNO”

La aparición de ECNT – Enfermedades Crónicas no Transmisibles (sobrepeso y obesidad, diabetes, alteraciones cardiovasculares, hipertensión, osteoporosis) está determinada por la nutrición, y específicamente la que influencia al desarrollo fetal y el entorno materno.

¿Cómo puede influir la alimentación de las edades tempranas de la vida en la aparición de las ECNT?

En lactancia:

- ❑ Tanto el retraso del crecimiento como un aumento excesivo de peso o de la talla puede contribuir a la aparición posterior de ECNT.
- ❑ Aquellas personas con retraso del crecimiento fetal o con un mayor aumento de peso en la lactancia han presentado valores más altos de presión arterial.
- ❑ Se asocia la baja estatura, en aquellas madres con situaciones económicas adversas, con un mayor riesgo de cardiopatía coronaria y accidentes cerebrovasculares.

En lactancia materna:

- ❑ Las investigaciones realizadas al respecto indican que la duración de la lactancia materna exclusiva puede estar directamente relacionada con un menor riesgo de sufrir obesidad.
- ❑ El riesgo de sufrir varias enfermedades crónicas de la niñez y la adolescencia (diabetes tipo I, enfermedad celiaca, algunos cánceres infantiles y alteraciones intestinales inflamatorias): se han asociado a la alimentación del lactante con sucedáneos de la leche materna y con una lactancia materna breve.

En la niñez y la adolescencia:

- ❑ Las investigaciones han reportado que existe una asociación entre el crecimiento bajo en la niñez y un mayor riesgo de cardiopatía coronaria.
- ❑ Un estudio realizado en niños de 11 a 12 años, indica que los niveles de tensión arterial eran más altos en los niños con retraso de crecimiento fetal y con mayor aumento de peso entre las edades de 7 y 11 años.
- ❑ Es importante tener en cuenta que el sobrepeso en la niñez, y considerando que el mismo se mantenga en edad adulta, se asocia a un mayor riesgo de cáncer de mama, colon, recto y próstata en edad adulta.
- ❑ Un estudio de seguimiento realizado en adolescentes encontró una relación positiva significativa entre el aporte energético (las calorías consumidas) en la niñez con la mortalidad por cáncer en la vida adulta.
- ❑ Otro estudio indica la relación entre la aparición de obesidad (tanto temprana como posterior) y el riesgo de cáncer.
- ❑ La baja estatura (fundamentalmente la medición de la longitud de las piernas en la niñez) como consecuencia de privaciones económicas, se asocia a un mayor riesgo de cardiopatía coronaria y accidente cerebrovascular.
- ❑ El aumento de la tensión arterial en la niñez (en combinación con otros factores de riesgo) causa cambios asociados a riesgo cardiovascular: por ejemplo reducción de la elasticidad de las arterias.
- ❑ La hipertensión infantil está estrechamente vinculada a la obesidad.

Lo expuesto indica que los alimentos consumidos definen la salud, el crecimiento y el desarrollo de las personas.

La OMS indica la necesidad de trabajar sobre el concepto **CICLO DE VIDA**: de la continuidad de la vida humana desde la condición de feto hasta la ancianidad.

La calidad de la nutrición en edades tempranas de la vida determinará, o no, la aparición de enfermedades crónicas.

Es importante trabajar en forma preventiva: COMENZAR CON UNA ADECUADA NUTRICION DESDE EL EMBARAZO Y CONTINUAR ASÍ EN TODAS LAS ETAPAS DE LA VIDA.

Lic. Marcela Leal

Director Carrera Licenciatura en Nutrición. Universidad Maimónides.

Representante Regional para Sudamérica. Red Latinoamericana de Investigación en Nutrición y Alimentación.