

# Descuidar la alimentación en el embarazo podría causar déficit de atención o ansiedad en los niños

Investigación de la U. de Chile afirmó que las consecuencias podrían llegar hasta la adultez, por lo que se analizan terapias.

V.B.V.

Un conocimiento que atraviesa el tiempo y las culturas es que se debe cuidar la alimentación de las embarazadas, tanto por la delicadez de su estado como por el futuro de la salud de quien está por nacer, ya que lo primero que ingiere, dentro del útero, podría marcar toda su vida, como demostró un estudio realizado por la Universidad de Chile, el cual indica que la dieta gestacional incidiría en la salud mental de los niños.

La investigación llamada "La restricción calórica prenatal reprograma los estados transcripcionales endoteliales y la integridad de la barrera hematoencefálica: implicaciones para los trastornos del neurodesarrollo", publicada en la revista *Neurobiology and Disease* y disponible en la plataforma ScienceDirect, fue realizada con ratones, ya que comparten más del 95% de los genes con los seres humanos.

A un grupo de ratas se les privó del 30% de las calorías necesarias durante el periodo de gestación, mientras el resto -grupo de control- siguió normal. Los científicos

allí analizaron los efectos de la restricción calórica prenatal sobre la barrera hematoencefálica, una estructura que regula el paso de nutrientes y sustancias desde la sangre hacia el cerebro.

Los resultados mostraron que esta condición temprana altera genes asociados a la estabilidad y permeabilidad de esta barrera protectora, generando cambios persistentes en las células vasculares cerebrales incluso hasta la adultez.

"Ese primer estrés deja huellas en el cerebro, entonces, frente a un segundo estresor (durante la vida posterior a la infancia), ese individuo no responde en igualdad de condiciones, porque existe una mayor vulnerabilidad biológica previa", explicó la bióloga y académica, Verónica Palma.

## SALUD MENTAL

En el mundo científico hoy se busca comprender cómo las condiciones durante la gestación pueden influir en la aparición de enfermedades en etapas posteriores. "Estos resultados aportan nuevas herramientas para estudiar posibles mecanismos asociados al origen de trastornos neurológicos y psiquiátricos, parti-



Calorías que se consumen durante la gestación deben ser equilibradas y de buena calidad, por lo que se aconseja consultar al médico.

cularmente aquellos relacionados con alteraciones del neurodesarrollo y respuestas exacerbadas frente al estrés", destacó la universidad.

"Encontramos genes relacionados con estos cambios, y algunos podrían ser blancos moleculares (biomarcadores). Eso podría ayudar a entender mejor el origen de ciertos trastornos psiquiátricos e incluso pensar en intervencio-

**'INVIERNO DEL HAMBRE'**  
 en Holanda, a fines de la 2ª Guerra Mundial: los nacidos tuvieron más patologías.  
**MÁS DEL 95%**  
 de similitud genética comparten los ratones con los seres humanos.

nes enfocadas no sólo en las neuronas, sino también en el sistema vascular", indicó el bioquímico Jorge Zúñiga.

La publicación afirma que "las afecciones psiquiátricas, incluyendo la esquizofrenia, los trastornos por déficit de atención, la depresión mayor y la ansiedad, surgen de una compleja interacción entre la susceptibilidad genética y los factores ambientales", los que

"incluyen el estrés nutricional en la primera infancia", junto a exposición a sustancias.

"Aunque el estrés nutricional prenatal suele ser transitorio, (...) puede generar adaptaciones fisiológicas permanentes", agrega el documento, lo que prepara al cerebro "para una disfunción duradera que puede manifestarse como vulnerabilidad psiquiátrica en la edad adulta".