

## LA ALIMENTACIÓN DE LOS BEBÉS INFLUYE EN LA SALUD CARDIOVASCULAR

*Fabiola Czubaj*

---

Cada vez más estudios intentan traducir en cifras y resultados lo que la medicina conoce desde hace tiempo: las arterias empiezan a acumular los efectos de los malos hábitos desde el momento del nacimiento. Ahora, en Londres, se acaba de demostrar que la alimentación enriquecida en los primeros 60 días de vida aumenta 0,5 mmHg la presión sistólica (valor máximo) y reduce la elasticidad de las paredes arteriales 10 años más tarde. “Habría una etapa temprana en la vida en la que el organismo queda como programado para una futura enfermedad vascular. En esa etapa, la nutrición tendría un papel muy importante”, expresó la doctora Marietta Charakida, investigadora del Instituto de Salud Infantil del University College London, al presentar el estudio en la reunión anual del Colegio Estadounidense de Cardiología (ACC 08), en esta ciudad. Este nuevo trabajo, según precisó Charakida, demuestra que “no es suficiente la prevención cardiovascular en la edad adulta, ni siquiera en la niñez, sino que son las estrategias nutricionales en la primera infancia lo que nos permitirá obtener más y mejores beneficios”.

Hasta ahora se sabía que el bajo peso al nacer, sobre todo en los bebés prematuros, favorecía la aparición de problemas cardíacos en la edad adulta si no se compensaba rápidamente. De ahí la idea de que la pronta recuperación del peso después de nacer tendría un efecto protector.

Sin embargo, la investigación del equipo dirigido por Charakida, que incluyó a investigadores de la Unidad de Epidemiología Pediátrica y Perinatal de la Universidad de Bristol (Reino Unido), afirma que el crecimiento acelerado con fórmula enrique-

cida en los primeros meses de vida induce la futura aparición de una gran variedad de problemas, como el infarto o la hipertensión.

Para este nuevo estudio, el equipo seleccionó a los 6.167 chicos que participaron en el Estudio Longitudinal Avon de Padres e Hijos, conocido también como el “estudio de los niños de los noventa”. Recopilaron los datos del peso al nacer y a los dos meses de vida y los compararon con el peso y el índice de masa corporal (IMC) a los 10 años de edad. Además, les midieron la capacidad que tenían sus arterias de contraerse y distenderse al cumplir la primera década.

El resultado sorprendió a los autores más de lo que ellos esperaban, según admitió Charakida. Vieron que los chicos que habían aumentado de peso rápidamente durante los primeros 60 días de vida tenían, en promedio, 0,5 mmHg más de presión sistólica que los que habían recuperado el peso más lentamente. Y también, que las paredes arteriales estaban más rígidas de lo normal, lo que es una señal de lesión arterial. Todo ocurrió independientemente del sexo, el IMC, la frecuencia cardíaca y el nivel de colesterol en sangre de cada niño.

Al dividir a todos los participantes en cuatro grupos, según la velocidad con que habían aumentado de peso al nacer, los investigadores hallaron que el grupo de los que más peso recuperaron en esos 60 días tenía una presión sistólica 1,69 mmHg mayor que el grupo que menos peso había recuperado.

“Hay que tomar conciencia de que se necesita atención médica y nutrición adecuadas para proteger a los niños y reducir estos riesgos”, sostuvo la

especialista, reconocida en el mundo por sus estudios sobre la enfermedad vascular en pediatría. “La aterosclerosis comienza en los primeros años –afirmó Charakida. Las estrategias de prevención primaria para la enfermedad cardiovascular en la edad adulta que comiencen en la niñez tienen gran potencial, ya que el proceso de esta enfermedad es en su mayoría reversible en esa etapa. Ya existen varias guías de recomendaciones para realizar el control diagnóstico oportuno y tomar las elecciones terapéuticas más adecuadas a temprana edad”.

Los autores sostienen que se necesitan más estudios para conocer si la acumulación de factores de riesgo a medida que pasan los años, como la hipertensión y el colesterol alto, agravarían este efecto de la alimentación en los primeros meses de vida y si la modificación del estilo de vida podría revertirlo.

Precisó la autora que aún se desconocen con exactitud los mecanismos biológicos por los que el aumento de peso en tan pocas semanas acelera el avance de la enfermedad arterial.

*LA NACIÓN,*

Martes 1 de abril de 2008