

PEDIATRÍA OBESIDAD, DIABETES, ALERGIAS Y ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES

# Se multiplica la incidencia de patologías en niños pequeños

→ Los facultativos perciben con preocupación el aumento en la incidencia de patologías como la obesidad, las enfermedades inflamatorias intestinales, la diabetes o las alergias en niños cada vez más pequeños. La alimentación, la higiene y la contaminación pueden ser algunas causas.

■ Daniel Arbós Barcelona

Alergias, diabetes, obesidad o enfermedades inflamatorias intestinales aparecen en pacientes cada vez más jóvenes y de forma más frecuente, según han alertado pediatras, gastroenterólogos y otros especialistas que han participado en un simposio sobre *Planificación nutricional: implicaciones en la alimentación infantil*, que ha organizado Numil Nutrición en Barcelona.

"La intolerancia al gluten o la obesidad aparecen más a menudo y en edades más tempranas, y no es muy raro encontrar colitis sangrantes

**El declive de la lactancia materna, que ha demostrado tener un efecto protector frente a ciertas enfermedades, puede explicar este auge**

en bebés de uno o dos meses, algo que antes era excepcional, sobre todo en población pediátrica de tan corta edad", ha explicado a DIARIO MÉDICO Ramon Tormo, responsable de la Unidad de Gastroenterología Infantil y Nutrición del Hospital del Valle de Hebrón, en Barcelona.

La proliferación de enfermedades es un fenómeno que preocupa a los profesio-

nales, que no reconocen qué factor o combinación de factores la desencadena.

"En algunas patologías puede influir el consumo abusivo de grasas y calorías o la sobrealimentación en general; en otras, el exceso de higiene, ciertos colorantes y conservantes, la contaminación o, tal vez, una combinación de varios de estos elementos. No lo sabemos, pero lo cierto es que al-

go se está haciendo mal".

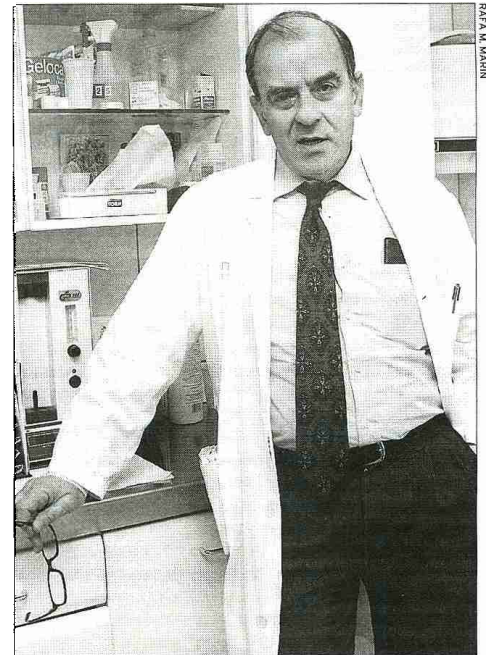
Lo que sí se sabe es que la alimentación del bebé es uno de los aspectos que más influyen no sólo en su salud presente, sino también en la futura.

"Aunque los estudios son complejos, porque relacionan la dieta que se toma en la infancia con enfermedades que no se manifiestan hasta 40 ó 50 años después, parece demostrado que la nutrición a edad temprana fija el curso de la posterior salud física y mental, afectando a variables como la hipertensión, la diabetes, el desarrollo cognitivo, el sistema inmunológico o el riesgo cardiovascular".

## Lactancia materna

En este contexto, ¿cuál es la alimentación más idónea para un recién nacido? Tormo lo tiene claro: "Sin ninguna duda, la lactancia materna; aunque las leches artificiales cada vez imitan mejor a la materna, no son igual de saludables".

Estudios epidemiológicos demuestran que los niños sometidos a lactancia artificial tienen mayor prevalencia de obesidad, alergias o



Ramon Tormo, en su despacho del Hospital del Valle de Hebrón.

resistencia a la insulina. Los niños alimentados con leche materna tienden a ser más delgados que los que han tomado leche de fórmula, y cuanto más tiempo se alarga la lactancia natural, más disminuye el riesgo de obesidad.

"La lactancia materna tiene un efecto protector frente a muchas patologías. Lo ideal sería que fuese obligatoria durante los seis primeros meses de vida del niño. Sin embargo, las condiciones sociales y económicas hacen que esto sea una quimera, porque las mujeres no tienen seis meses de baja maternal y, si la tuvieran, todavía encontrarían más difi-

cultades para acceder al mercado laboral".

Además de intentar alargar al máximo el periodo que se da el pecho, también se pueden suministrar ciertos complementos, como hierro. Según los expertos, hasta un 50 por ciento de los niños de todo el mundo presentan una deficiencia de este elemento. Estudios en el África rural indican que un suplemento de hierro mejora el desarrollo motor y del lenguaje de niños preescolares con un nivel bajo de hemoglobina.

Por su parte, los productos pre y probióticos pueden mejorar el sistema inmunológico del pequeño.

## EL PAPEL DE LOS ÁCIDOS GRASOS

Los ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga (LCP), que se encuentran de manera natural en la leche materna y se añaden a las fórmulas infantiles, tienen un papel remarcable en el desarrollo mental de los niños. El cerebro tiene un crecimiento extremadamente rápido en los primeros meses de vida; de hecho, se triplica su peso en el primer año, y los LCP tendrían un papel crucial en este proceso. Por otro lado, también se ha demostrado que desempeñan un papel beneficioso en la presión arterial del

adulto. "Algunos estudios relacionan una dieta rica en estos ácidos grasos en la infancia con mejores datos de presión arterial y riesgo cardiovascular en el adulto", ha explicado Ramon Tormo. Otro grupo de productos que serían útiles son los complementos pre y probióticos. El sistema inmune se desarrolla en los primeros meses de vida, al igual que la flora intestinal. Los niños con alergia muestran menor número de lactobacilos y bifidobacterias, organismos beneficiosos que pueden multiplicarse con estos complementos.