

Existe una relación inversa entre el peso al nacer y el riesgo de desarrollar diabetes, según avalan ciertos estudios

Ante una agresión nutricional intra útero, el feto se defiende alterando la expresión de algunos genes que se manifiestan cuando el individuo llega a la edad adulta, según se explicó en el último Congreso de la SED

Redacción, Madrid.-Diversos estudios señalan que existe una relación inversa entre el peso al nacer y el riesgo de desarrollar diabetes en la edad adulta. Y es que una reducida ingesta de calorías, una alimentación deficiente en proteínas, una dieta rica en grasas, sobre todo saturadas, o un incremento en exceso del porcentaje de ácidos grasos omega 3 durante la gestación y la lactancia, producen en el adulto una mayor predisposición a la diabetes. Es por ello que el consejo dietético resulta fundamental para las gestantes.

Desde hace años es sabido que los hijos de madres diabéticas tienden a un incremento de peso corporal, es decir, se produce una macrosomía y los niños que nacen macrosómicos, cuando son adultos, también tienden a desarrollar diabetes.

Así, la hipótesis de que unos periodos de ayunas o reducción de ingesta durante la gestación y la lactancia pueden traer consecuencias que no se detectan en el niño hasta la edad adulta se ratifica con algunos estudios en los que se ha observado que existe una relación inversa entre el peso corporal y la prevalencia de diabetes en los adultos.

Para comprobar si ello es realmente es así se ha estudiado el caso con animales experimentales, tal como lo explicó el bioquímico Emilio Herrera Castellón durante su ponencia <>, expuesta en el marco del último Congreso de la Sociedad Española de Diabetes (SED), celebrado en Madrid.

"Hemos sometido a las ratas a una ingesta reducida de calorías en el primer tercio de la gestación y hemos visto muy claramente que durante la primera mitad de ésta, cuando el feto todavía ha crecido muy poquito, la madre acumula grasa, que se moviliza en la última parte de la gestación para aportar sustratos al feto. Si mantenemos a las madres con una malnutrición durante la primera mitad de la gestación, las crías nacen con bajo peso y se hacen diabéticas mucho antes", explicó este experto.

Calidad de la dieta

Pero junto con la cantidad, también cuenta la calidad de la dieta. Según este científico, se ha podido comprobar que una dieta deficiente en proteínas también da lugar a un menor desarrollo de las células betapancreáticas, lo que favorece que cuando los animales llegan a adultos, su páncreas no responda a los estímulos que se producen cada vez que comen o de un incremento de glucosa en sangre, de tal forma que también terminan desarrollando una diabetes, pero algo distinta a la de antes, que se producía por resistencia insulínica. Cuando durante la gestación y la lactancia la dieta es rica en grasas, sobre todo saturadas, se produce un resultado semejante en los descendientes.

Herrera Castellón señaló también una peculiaridad: "si mantenemos normal la cantidad de grasa en la dieta, pero incrementamos en exceso el porcentaje de ácidos grasos omega 3, también se produce en el adulto una mayor predisposición a desarrollar diabetes. Este defecto se produce porque cuando hay demasiados omega 3 en la dieta se produce una disminución de la síntesis de algún omega 6 que da lugar a esa alteración de la función pancreática que se detecta en la edad adulta".

En definitiva, si por algún motivo se produce una agresión nutricional intra útero, el feto -especialmente vulnerable durante la primera parte de la gestación- se defiende alterando la expresión de algunos genes que se manifiestan cuando el individuo llega a la edad adulta, según se concluyó.