

## **Las embarazadas que consuman aceites de pescado reducirán el riesgo de padecer asma de sus hijos**

**Bruselas (11/07/08).- Las madres que tomen aceites de pescado durante la etapa final de su embarazo podrían reducir el riesgo de sus futuros hijos de padecer asma en un 63%, según revela un estudio científico subvencionado por la Unión Europea. El aceite de pescado más adecuado se encuentra, por ejemplo, en el salmón, el arenque, las sardinas, las anchoas o el atún blanco.**

Los investigadores escogieron alrededor de 500 niños nacidos de mujeres que habían participado en un ensayo en Aarhus (Dinamarca) en 1990. En un primer momento, el objetivo había sido investigar si tomar aceites de pescado en el último trimestre del embarazo podía reducir los riesgos de nacimientos de bebés prematuros.

En el ensayo, las mujeres fueron divididas al azar en tres grupos: las que tomaron aceites de pescado, las que consumieron aceite de oliva y las que no tomaron ningún suplemento.

Los resultados revelaron que el grupo de mujeres que habían consumido aceites de pescado extendieron sus embarazos una

media de cuatro días y sus bebés nacieron con 100 gramos más de peso.

Tras estas pruebas, los científicos realizaron un nuevo estudio en el que escogieron a casi todos los niños que habían participado en el anterior. Para ello, recogieron las actas del hospital con la intención de descubrir qué niños habían sido hospitalizados debido a ataques de asma con 16 años.

### **Mejor que el aceite de oliva**

El análisis de esta información reveló que 19 de los niños habían desarrollado un asma severo y tuvieron que ir al hospital en el mismo tramo de sus vidas. Sin embargo, para los niños nacidos de mujeres que habían tomado aceites de pescado, el riesgo de padecer asma se había reducido en un 63% en comparación con los niños cuyas madres habían recibido aceite de oliva.

La investigación se enmarca dentro del proyecto Early Nutrition Programming (EARNEST, en sus siglas en inglés), que está financiado por la UE a través de la prioridad "Food quality and safety" del VI Programa Marco. Ha sido publicado en la última edición del American Journal of Clinical Nutrition