

Nutrición precoz, salud para toda la vida

Dra. Rosebel DE OLIVERA



Pediatra Neonatóloga

- Existe evidencia publicada en las últimas décadas que prueba que la nutrición durante el embarazo y los primeros años de vida (nutrición temprana) tiene fundamental relevancia para la salud del individuo a lo largo de toda su vida, en relación con el riesgo de enfermedades cardiovasculares, obesidad, salud ósea, enfermedades autoinmunes, ciertos tipos de cáncer, enfermedades alérgicas e infecciosas, además de su impacto en el desarrollo cognitivo y el crecimiento. ⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁵⁾⁽⁶⁾

Plasticidad del Desarrollo

El Prof. Dr. David Barker y su equipo de investigadores en la década de los 80 (Universidad de Southampton, UK) expusieron la idea que las enfermedades crónicas del adulto pueden tener su origen en la vida fetal. ⁽⁷⁾

El Dr. Barker, para comprender el desarrollo humano y la susceptibilidad a las enfermedades, desarrolló la idea de la **“plasticidad del desarrollo”** ⁽¹⁾⁽⁷⁾.

Definió la “plasticidad del **desarrollo**” como la capacidad de un organismo de desarrollarse en diversas vías, dependiendo de las influencias medioambientales de donde vive y propuso para explicar el origen fetal de las enfermedades crónicas del adulto la siguiente hipótesis: *“efectos adversos en el período fetal inducen respuestas compensatorias en el feto, (cambios del metabolismo, producción hormonal, sensibilidad de los tejidos) reflejando la capacidad fetal de adaptación. Esto se denomina la **plasticidad del desarrollo**, adaptación que le permite sobrevivir, cambios adaptativos que se mantienen, persisten permanentemente, (cambios en los mecanismos homeostáticos, fisiológicos o metabólicos), definiendo un fenotipo alterado al nacer y por el resto de la vida”*.

La “**plasticidad del desarrollo**” se entiende así como una modulación estable de la expresión genética, que parece mediada en parte por procesos “**epigenéticos**”. ⁽¹⁾

Los procesos epigenéticos se definen como cambios estables y hereditarios o (potencialmente hereditarios) en la *expresión de los genes* que no requieren un cambio en la secuencia del ADN. ⁽⁸⁾

Programación Metabólica

El mecanismo adaptativo en el período perinatal, que se mantiene a lo largo de la vida, es lo que se denomina **“programación”**, (propuesta por Dörner hace 30 años ⁽⁹⁾ y popularizada por Alan Lucas en la década del 90 ⁽¹⁰⁾), **“memoria genética”** o **“programación metabólica”**.

Esta **programación** realizada por influencias metabólicas, nutricionales o ambientales durante períodos críticos del desarrollo prenatal y postnatal, tiene efectos moduladores en la vida futura, limitando el rango de adaptabilidad postnatal del individuo frente a eventos adversos futuros, haciéndolo más susceptible a determinadas patologías, enfermedades metabólicas, enfermedades crónicas no transmisibles, e incidir en el desarrollo y crecimiento. ⁽⁵⁾

Hoy se acepta que el bebé es **programado** en los primeros meses de vida para tener una óptima salud o no, en relación al tipo de alimentación que recibe. Un saludable inicio lo beneficiará para toda su vida.

“Early nutrition and lifelong health”

Fue una de las 5 sesiones plenarios que se presentaron en el 3° Congreso Mundial de Gastroenterología Pediátrica Hepatología y Nutrición que se realizó en Foz de Iguazú, Brasil, en agosto de 2008.

Presidió esta sesión plenaria el Dr. Ricardo Uauy con la participación de los Dres. Berthold Koletzko y Peter Gluckman.

Con ese nombre impactante, la sesión plenaria marcó la importancia que tiene para la salud de la población, el tipo de alimentación recibida en el período que abarca desde la concepción hasta los primeros años de vida.