

La obesidad puede afectar al desarrollo de nuestros hijos

Según un estudio reciente del National Institute of Child Health and Human Development, el peso de los padres puede afectar al desarrollo motor de los bebés

Sabemos que tener un peso saludable antes, durante y después del embarazo es lo mejor tanto para la mamá como para el bebé, pero ahora te vamos a dar una razón más para cuidar tu cuerpo, ya que padecer obesidad puede influir en el desarrollo de tus hijos durante sus primeros años.

De acuerdo con un estudio reciente publicado en The Journal of Pediatrics, los hijos de madres y padres con obesidad pueden presentar retrasos en su desarrollo en los primeros meses.

La investigación, realizada por el National Institute of Child Health and Human Development, arrojó resultados importantes en cuanto a la relación del peso de los padres con el desarrollo motor de los bebés. Se encontró que los hijos de madres con obesidad tenían más probabilidad de fallar en las pruebas de habilidad motora fina, que es la que controla los movimientos de los músculos pequeños como lo de las manos y dedos.

Se encontró también que los hijos de padres obesos eran más propensos a reprobar pruebas de competencias sociales, y que aquellos hijos nacidos de parejas con obesidad extrema también tenían más probabilidades de fallar en los exámenes de habilidades para la resolución de problemas.

En este estudio, los investigadores reunieron información de 5.000 mujeres del Estado de Nueva York a partir de los 4 meses de edad de sus bebés entre 2008 y 2010. Para medir los resultados en el desarrollo de sus bebés, los padres llenaron los cuestionarios de edad y etapas después de realizar una serie de actividades con sus hijos.

Estos cuestionarios, que son de rutina en las revisiones periódicas durante los primeros años de los niños, sirven como una manera de detectar posibles problemas en el desarrollo para que cada niño sea canalizado con el especialista correspondiente.

Las pruebas se hicieron por primera vez a los niños cuando tenían 4 meses y se realizaron en 6 ocasiones más a los 8, 12, 18, 24, 30 y 36 meses, es decir, hasta que cumplieran los 3 años de edad. También se le pidió a las madres que proporcionaran información sobre su salud y peso antes y después del embarazo, así como el peso de sus parejas.

Este estudio en particular es distinto a investigaciones anteriores pues es la primera vez que se toma en cuenta también el peso del padre, ya que en estudios previos solo se tomaba en cuenta la información de la madre y el bebé, y ahora gracias a que fue incluido los científicos se dieron cuenta

que el peso del papá también influye en el desarrollo del niño.

Los resultados del estudio

La doctora Edwina Yeung, autora principal de esta investigación, comenta que en Estados Unidos 1 de cada 5 mujeres embarazadas tiene sobrepeso o padece obesidad.

Los resultados finales del estudio fueron los siguientes:

Comparado con los hijos de madres con un peso normal, los bebés de madres con obesidad eran 70% más propensos a fallar el cuestionario de habilidad motora fina al llegar a los 3 años.

Los hijos de padres con obesidad eran 75% más propensos a fallar la prueba de habilidades de dominio personal y social, que es un indicador de qué tanta capacidad tienen para relacionarse e interactuar con otros niños al llegar a los 3 años de edad.

Los niños con dos padres con obesidad registraban casi tres veces más probabilidad de fallar las pruebas de resolución de problemas al llegar a los 3 años.

Pese a que los resultados son evidentes, no se conoce porqué la obesidad de los padres puede aumentar un retraso en el desarrollo de los niños, ya que el estudio no estaba diseñado para encontrar una causa y efecto, sino una relación entre una cosa y otra. Los investigadores señalan que en estudios hechos en animales la obesidad durante el embarazo puede ocasionar inflamación, lo que que podría afectar el cerebro fetal. Otra posible teoría es que la falta de algunos nutrientes influye en el desarrollo del cerebro.

Es importante mantener un peso saludable antes y durante el embarazo

Una creencia errónea y desafortunadamente muy popular es que cuando una mujer está embarazada puede o debe comer por dos, pues ahora alimenta también a su bebé. Pero la realidad es que es peligroso llevar ese tipo de alimentación exagerada, pues a pesar de que es cierto que ahora nuestro cuerpo utiliza más energía de la usual pues se encuentra formando un nuevo ser, cuidar lo que comemos es muy importante durante el embarazo.

No se trata de comer más ni de comer menos, si no de comer mejor, tener una alimentación más consciente y saludable. Al nutrir a nuestro cuerpo gestante con una dieta rica y variada en alimentos procuramos darle lo mejor al bebé y prevenimos la aparición de enfermedades como la diabetes gestacional o la preeclampsia.

Mantener un peso adecuado antes del embarazo también es importante, pues es mejor prevenir el sobrepeso que tener dificultades durante la gestación a causa de él. Pero si ya estas embarazada y tienes sobrepeso no te agobies, recuerda que durante el embarazo no es recomendable intentar bajar de peso, lo mejor es acudir con tu ginecólogo o nutriólogo y que te oriente sobre los cuidados que debes tener para mantener un embarazo saludable si tienes sobrepeso.

La noticia Los hijos de padres con obesidad podrían presentar retrasos en su desarrollo fue

publicada originalmente en [Bebés y más](#) por [Lucy Ortega](#) .

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Industria Farmacéutica](#) [Sociedad Infantil](#) [Ocio para niños](#) [Industria Automotriz](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>