
CÓMO LOS CAMBIOS NUTRICIONALES HAN INFLUENCIADO EL DESARROLLO DE ENFERMEDADES ALÉRGICAS DE LA NIÑEZ.

HOW CHANGES IN NUTRITION HAVE INFLUENCED THE DEVELOPMENT OF ALLERGIC DISEASES IN CHILDHOOD.

PERONI DG, BONOMO B, CASAROTTO S, BONER AL, PIACENTINI GL.

RESUMEN: La creciente prevalencia de enfermedades alérgicas en los niños durante las últimas décadas podría relacionarse con los cambios alimentarios concomitantes, especialmente con el consumo modificado y más reducido de frutas, verduras y minerales. La ingesta de estos alimentos por parte de mujeres embarazadas y niños en sus primeros años de vida parece estar asociada a un menor riesgo de sufrir asma y síntomas relacionados. Los alimentos que pueden prevenir el desarrollo de sibilancias mediante sus efectos antioxidantes contienen vitamina C y selenio; los niveles sanguíneos de estos elementos se correlacionan negativamente con el riesgo de sibilancias. La ingesta de vitamina E durante el embarazo también parece mantener una correlación con un menor riesgo de sibilancias para el feto. De manera similar, un bajo consumo de zinc y caroteno por parte de las embarazadas se relaciona con un riesgo aumentado de sibilancias y asma en los niños. La fibra también posee propiedades antiinflamatorias y efectos de protección contra las enfermedades alérgicas tales como la dermatitis atópica y el asma. El consumo de grasas posee una influencia sobre el desarrollo de las vías respiratorias. Las poblaciones de los países occidentales han aumentado el consumo de ácidos grasos poliinsaturados omega-6 (n-6 PUFAs) y, en paralelo, disminuido el consumo de ácidos grasos poliinsaturados omega-3 (n-3 PUFAs). Esto ha llevado a una menor producción de prostaglandina de la serie E (PGE2), la cual se cree posee un efecto de protección contra la inflamación de las vías respiratorias. También existen teorías contradictorias respecto de la vitamina D: tanto el exceso como el déficit de vitamina D se han asociado a un aumento del riesgo de asma. Se requieren más estudios sobre el papel de estas sustancias para poder sacar cualquier conclusión a nivel clínico.