

Un tesis revela que la mitad de las embarazadas no toma una dieta adecuada

► El trabajo de investigación asocia el consumo inapropiado de alimentos con un retraso en el crecimiento del feto

A. J. S.

■ La tesis doctoral «Calidad de la dieta durante el embarazo y su relación con el crecimiento fetal», que ha sido defendida en la UMH por Clara Liliana Rodríguez Bernal y que ha obtenido la calificación de Sobresaliente Cum Laude, destaca que «más del 50% de las embarazadas no consumen alimentos de forma adecuada durante su gestación» y, además, «asocia la peor calidad de la dieta durante el embarazo con un re-

tardo en el crecimiento fetal». En el trabajo de investigación ha quedado reflejado, del mismo modo, la existencia de «un elevado porcentaje de mujeres gestantes que consumían un exceso de grasas y que no alcanzaban las recomendaciones de consumo para alimentos relevantes durante el embarazo –como, entre otros, cereales, legumbres, frutas, verduras, hidratos de carbono complejos, ácidos grasos omega 3 y 6 ó hierro– que resultan necesarios durante la gestación». La investigación realizada por Clara Liliana Rodríguez, además, «ha demostrado que las gestantes más jóvenes con un menor nivel educativo y las fumadoras presentaron una peor calidad en la dieta», según la UMH.