

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

BAMBINI CON UNA MIGLIORE COMPOSIZIONE CORPOREA SE LE MADRI SONO ATTIVE IN GRAVIDANZA

Un maggiore dispendio energetico negli ultimi tre mesi della gravidanza è associato a una minore adiposità dei neonati, senza riduzione significativa della massa magra.

È quanto riporto una ricerca, con la quale sono state analizzate 826 coppie di madri e figli (nascite al termine) che partecipavano allo studio Healthy Start. Nello studio è stato usato il Pregnancy Physical Activity Questionnaire per stimare il dispendio energetico totale, valutando se corrispondeva alle linee guida dell'American College of Obstetricians and Gynecologists per l'attività fisica all'inizio della gravidanza, nella fase intermedia e finale.

I neonati avevano una massa grassa in media di 292,9 g, massa magra di 2.849,8 g, e peso alla nascita di 3.290,7 g. Gli autori hanno osservato 107 (12,9%) neonati piccoli per l'età gestazionale (SGA) e 30 (3,6%) neonati grandi per l'età gestazionale.

È stato rilevato un significativo trend lineare inverso tra il dispendio energetico totale durante il terzo trimestre gravidanza e la massa grassa neonatale.

I figli delle madri nel quartile più alto del dispendio energetico totale durante l'ultimo periodo di gravidanza avevano una massa grassa inferiore di 41,1 g (249,4 rispetto a 290,5 g) rispetto al quartile più basso.

Nessuna associazione significativa è stata trovata tra dispendio energetico e massa magra o peso alla nascita. Inoltre, non è emersa alcuna relazione con il dispendio energetico all'inizio della gravidanza e nello stadio intermedio.

Nessuna tendenza significativa è stata osservata tra il dispendio energetico totale in tarda gravidanza e SGA, ma i figli delle madri nel quartile più alto avevano una probabilità maggiore di essere piccoli per l'età gestazionale.

Fonte: Physical activity in pregnancy and neonatal body composition: the Healthy Start study. Harrod CS, Chasan-Taber L, Reynolds RM, Fingerlin TE, Glueck DH, Brinton JT, Dabelea D. Obstet Gynecol. 2014 Aug;124(2 Pt 1):257-64. doi: 10.1097/AOG.0000000000000373.