

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

# LA SANA ALIMENTAZIONE INIZIA NEL GREMBO MATERNO

Sono sempre più numerose le conferme sperimentali del fatto che l'alimentazione materna, non solo in gravidanza ma anche prima del concepimento, abbia profonde conseguenze sullo stato nutrizionale e sulla salute della prole.

È noto che i bambini nati con basso peso hanno maggiori probabilità di soffrire di malattie cardiache, ictus, ipertensione e diabete. Ora uno studio condotto su un modello animale al Royal Veterinary College di Londra ha rilevato che un'alimentazione dei ratti femmina, inadeguata sia per quantità sia per qualità, causa effetti irreversibili sulla prole.

Per dimostrarlo i ricercatori hanno nutrito topi femmina con una dieta ipoproteica limitatamente ai giorni del ciclo ovulatorio, lasciando poi che si accoppiassero coi topi maschi. Studiandone in seguito la prole è emersa una marcata differenza tra questa e i topi nati da madri non iponutrite, nemmeno per quel limitato periodo di tempo. I topini nati da queste madri erano affetti da una serie di problemi.

"Erano ipertesi, presentavano un mal funzionamento del sistema cardiovascolare che non consentiva ai vasi sanguigni di rilassarsi correttamente quando trattati con vasodilatatori, avevano reni di struttura e dimensioni anomale e per quel che riguarda il comportamento, mostravano una ridotta attività esplorativa, caratteristica che in natura ne comprometterebbe seriamente la sopravvivenza" ha spiegato Adam Watkins, autore di uno dei due studi, apparsi entrambi sul *Journal of Physiology*. Secondo i ricercatori, questi effetti deriverebbero direttamente dalla restrizione proteica subita dalle madri, anche se potrebbero anche essere legati indirettamente a meccanismi di stress.

"È ovvio che questi effetti preoccupanti non possono automaticamente essere usati per fare inferenze sull'uomo" ha commentato Watkins "ma senz'altro indicano la necessità di una verifica". A questo proposito si sta assistendo ad una preoccupante tendenza di sempre più donne in età fertile - rileva la Dott.ssa Maria Letizia Petroni, medico nutrizionista clinico - ad avere un ridotto apporto proteico con l'alimentazione abituale conseguente al fatto di non fare una prima colazione adeguata e all'adottare erroneamente una dieta "dissociata" con assunzione di una sola porzione al giorno di proteine ad elevato valore biologico. Questo studio inglese fornisce, sia pure indirettamente, argomenti a favore dell'opportunità di offrire un counseling nutrizionale alle donne che cerchino una gravidanza, da iniziare già prima del concepimento.

**Fonte:**

*Watkins AJ et al. Low protein diet fed exclusively during mouse oocyte maturation leads to behavioural and cardiovascular abnormalities in offspring. J Physiol Volume 586, Number 8, 2231-2244, April 15, 2008*

Realizzato con il contributo del Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali  
D.M. 25961 del 27/12/2007