

Má nutrição de fetos aumenta o risco de doenças cardíacas e diabetes em adultos

Problemas ocorridos durante a gestação podem ter conseqüências duradouras

Jane E. Brody

Do New York Times

• NOVA YORK. Muitos pacientes que atribuem seus problemas cardíacos à hereditariedade ou a hábitos de vida pouco saudáveis podem agora ter um novo responsável para culpar: a dieta de suas mães durante a gravidez. Cientistas têm descoberto cada vez mais indícios de que o período passado pelo feto no útero tem uma influência fundamental no risco de adquirir mais tarde problemas cardíacos e outras doenças.

Mais de duas dezenas de estudos publicados nos últimos seis anos, analisando pessoas de diversos países e de diferentes classes sociais, sugeriram que a quantidade e o tipo de alimentos que a mãe ingere durante a gravidez pode moldar os sistemas orgânicos do filho antes do nascimento e abrir caminho para mudanças metabólicas e hormonais, que podem resultar em doenças muitas décadas mais tarde.

O maior dano, indicam os estudos, é causado pela desnutrição maternal. Entre os indícios de que um bebê foi alimentado inadequadamente durante a vida fetal estão o tamanho diminuto ao

nascer, a cabeça desproporcionalmente grande e a cintura muito estreita.

Nenhum dos estudos sugere que a mulher grávida tem que fazer qualquer outra dieta que não seja a que segue os padrões normalmente aceitos para a boa alimentação. Nem todo o bebê pequeno terá que enfrentar doenças mais tarde, assim como nem todas as pessoas que comem alimentos gordurosos sofrem ataques cardíacos. Mas, estatisticamente, há uma clara relação entre o tamanho do bebê ao nascer e a ocorrência de posteriores problemas de saúde. Os estudos mostram que bebês com menos de 2,5 quilos têm 35% mais de chances de morrer mais tarde de doenças coronárias e seis vezes mais riscos de virem a sofrer de diabetes ou apresentarem problemas no metabolismo da glicose.

Estudos sobre o crescimento do feto em animais já mostraram que a desnutrição maternal pode alterar o desenvolvimento do feto, disse o pesquisador e obstetra Jeffrey Robinson, da Universidade de Adelaide, Austrália.

— O que nos surpreendeu, porém, nos estudos com humanos, foi a forte associação entre cres-

cimento pré-natal e doenças em adultos — disse.

As doenças cardíacas são uma das mais claras conseqüências da má alimentação materna. Estudos feitos na Grã-Bretanha, com homens ou mulheres entre os 60 e os 70 anos, mostraram que o tamanho pequeno ao nascer está ligado à deficiência em reagir adequadamente à insulina, à pressão arterial alta, a altos níveis de triglicerídeos e níveis baixos de colesterol HDL; todos estes problemas aumentam o risco de doenças cardiovasculares.

Tanto os estudos em animais quanto em homens mostraram que o período de desenvolvimento fetal durante o qual a mãe sofre desnutrição determina qual dos sistemas orgânicos do bebê será afetado. Por exemplo, o desenvolvimento dos pulmões pode ser retardado pela má alimentação no início da gestação. Quando a má alimentação ocorre mais tarde, pode afetar permanentemente o crescimento do fígado e quebrar a regulação do metabolismo do colesterol e da coagulação do sangue, importantes nas doenças cardíacas.

As doenças pulmonares crônicas também podem ser em parte

programadas antes do nascimento. Homens que nasceram demasiadamente pequenos tendem a ter um pior desenvolvimento pulmonar, que tem como conseqüência uma reduzida capacidade pulmonar na infância e um risco crescente de contrair doenças pulmonares na fase adulta.

— A nossa tolerância ao exercício quando chegamos aos 60 anos depende do período fetal — disse Peter Nathanielsz, diretor do Laboratório para a Pesquisa da Gravidez e do Recém-nascido da Faculdade de Medicina da Universidade de Cornell (EUA).

O epidemiologista David J. P. Barker, que dirige a Unidade de Epidemiologia Ambiental do Conselho de Pesquisa Médica de Southampton (Inglaterra), decidiu examinar qual o papel da fase intra-uterina na vida posterior depois de descobrir que em diferentes regiões da Inglaterra havia uma relação direta entre os índices de mortalidade por doenças coronárias e o de mortalidade infantil cerca de 70 anos antes, quando muitos bebês morriam por serem muito pequenos ou demasiadamente magros para sobreviver às doenças da época anterior aos antibióticos. ■