

La dieta, un papel crucial en complicaciones metabólicas durante el embarazo

Las complicaciones metabólicas durante el embarazo, incluida la diabetes mellitus gestacional (DMG) y los trastornos hipertensivos del embarazo (THE) pueden tener graves consecuencias en la salud maternoinfantil. La DMG y los THE, con una prevalencia similar de aproximadamente el 10%, han ido creciendo debido al aumento de las tasas de obesidad en las mujeres en edad fértil. Con motivo de esta situación la ingesta dietética y la modificación durante el embarazo han sido de gran interés para determinar e implementar estrategias para su reducción.

El origen étnico también juega un papel importante en la determinación del riesgo metabólico, estudios han demostrado que la prevalencia de DMG es mayor en las mujeres hispanas y asiático americanas versus mujeres caucásicas.

Un estudio observacional demostró que la obesidad provocaba que las mujeres tuvieran 2,8 veces más probabilidades de desarrollar hipertensión gestacional y 3,4 veces más probabilidades de desarrollar preeclampsia.

El mecanismo detrás de la obesidad que confiere un mayor riesgo de DMG y THE es de creciente importancia para estudiar, ya que los biomarcadores maternos como la PCR, adiponectina, PAI-1, TNF- α e IL-6 juegan un papel importante en esta fisiopatología.

La dieta juega un papel crucial en el desarrollo de complicaciones metabólicas durante el embarazo, tanto relacionadas como independientes del IMC de la madre antes del embarazo. Un estudio observacional mostró que una dieta baja en carbohidratos, alta en proteínas y grasas animales se asoció positivamente con un mayor riesgo de DMG, versus una dieta baja en carbohidratos, alta en proteínas y grasas vegetales que no se asoció con un mayor riesgo de DMG.

Un análisis transversal (n:52) tuvo como objetivo examinar la asociación entre la dieta y los biomarcadores específicos de inflamación en mujeres embarazadas obesas con alto riesgo de desarrollar DMG y complicaciones hipertensivas. Este estudio concluyó que en mujeres obesas, principalmente de origen hispano, la ingesta dietética materna modula importantes riesgos cardiometabólicos y perfiles inflamatorios durante el embarazo. El aumento de la ingesta total de grasas y grasas saturadas mostró asociaciones positivas con los factores de riesgo clásicos de complicaciones metabólicas en el embarazo, especialmente el peso corporal materno, el IMC, la HbA1c y la PCR. Por el contrario, el aumento de la ingesta de fibra, lácteos y vegetales pareció estar inversamente relacionado con estos factores. El aumento de la ingesta de fibra se asoció con disminuciones en el peso corporal materno, el IMC, la HbA1c y la PCR, el aumento de la ingesta de lácteos resultó en una disminución de la IL-6 y la presión arterial sistólica, y el aumento de la ingesta de vegetales resultó en una disminución de los niveles de PCR materna, lo que sugiere un efecto protector de estos en la dieta.

Bibliografía

Jaworsky, K et al. Associations of Diet with Cardiometabolic and Inflammatory Profiles in Pregnant Women at Risk for Metabolic Complications. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 11105.

<https://doi.org/10.3390/ijerph182111105>