

ESTUDIO CON 29.000 MENORES DE 20 PAÍSES

Tres o más hamburguesas a la semana elevan el riesgo de asma en niños

- Un estudio con participación española confirma que la dieta mediterránea protege
- La 'comida basura' eleva el riesgo, especialmente en niños sin alergias de países ricos

03/06/2010 **PATRICIA MATEY. El mundo.es**

MADRID.- Nada como la comida 'basura' para que, además de elevar el riesgo de obesidad, diabetes y patologías cardiovasculares en los niños, se aumente también las posibilidades de padecer asma en la infancia, tal y como acaba de poner de manifiesto un estudio internacional en el que España es el único del mundo que participa con más de un centro investigador.

"Tres o más hamburguesas a la semana son suficientes para elevar el riesgo de asma y sus síntomas en los menores, particularmente entre la población infantil de los países desarrollados", aclara a ELMUNDO.es Gabriele Nagel, del Instituto de Epidemiología de la Universidad Helmholtzstr (Alemania) y autor principal del 'Estudio Internacional de Alergias y Asma en Niños', (ISAAC, sus siglas en inglés); en el que han intervenido también centros de **Madrid, Valencia, Cartagena y Almería**.

ISAAC se inició en 1992 en 20 países, tanto desarrollados como en vías de desarrollo. Gloria García Hernández, del servicio de Neumología infantil del Hospital Doce de Octubre de Madrid y una de las participantes españolas en el trabajo, aclara que "estos nuevos datos de corresponden a la fase II, realizada con una submuestra de 29.579 menores de entre ocho y doce años de los 50.000 que se reclutaron en el inicio de la investigación y a los que se realizaron **cuestionarios sobre dieta y padecimiento de asma, rinitis y dermatitis** atópica".

Así, en esta segunda fase del estudio, en la que han participado más de 2.000 menores nacionales, todos los chicos y chicas además de los cuestionarios se sometieron a "muestras sanguíneas tanto alérgicas como genéticas, además de pruebas de provocación bronquial. También se analizó el polvo de sus casas", aclara la neumóloga infantil.

Los datos, publicados en el último número de la revista 'Thorax', revelan que tanto la ingesta de fruta, como de **pescado y de vegetales cocinados** "se asocia a una disminución del asma y de sus síntomas, tanto en los niños de países ricos como en los pobres". Incluso, en conjunto, la ingesta más frecuente de estos alimentos contribuye a una menor prevalencia de la patología a lo largo de la vida.

Por el contrario, la ingesta frecuente de hamburguesas se relaciona con una prevalencia elevada de asma y sibilancias en la población infantil. "Esta relación no la hemos encontrado con el consumo de carne roja", destaca la investigadora alemana.

Los autores tuvieron en cuenta variables que pueden alterar los resultados como la exposición al humo del tabaco, al polvo de casa, antecedentes familiares de asma, dermatitis atópica y rinitis, así como la práctica de ejercicio a la semana.

"En definitiva, la dieta mediterránea protege del asma a los niños, mientras que las hamburguesas elevan el riesgo de enfermedad, especialmente en los menores no alérgicos de países ricos", insiste la firmante principal del trabajo que aclara que "la relación entre comida 'basura' y asma también puede deberse a que este tipo de dieta se relaciona con **otros hábitos de vida que incrementan el padecimiento** de la enfermedad y que no se dan en países pobres".

Dado que el pescado, las frutas y verduras "se recomiendan para la prevención cardiovascular y el cáncer, nuestros resultados sugieren que las iniciativas públicas destinadas a promocionar este tipo de dieta, resultan también beneficiosas en el asma infantil, y podrían ayudar a reducir una de las patologías más frecuentes en menores de todo el mundo.

La investigación ISAAC no concluye aquí. "Ya se está pensando en la elaboración de más ensayos que corroboren estos datos y que ayuden a clarificar aún más la relación entre dieta y asma", adelanta la doctora del Doce de Octubre.