

3 Απριλίου 2015

Ο θηλασμός προσφέρει γάλα και... IQ

[/ Γενικά](#)



Ο θηλασμός σύμφωνα με τη νέα μελέτη «παράγει» ευφυείς ανθρώπους

Η μεγαλύτερη διάρκεια του σχετίζεται με αυξημένη νοημοσύνη

Η μεγαλύτερη διάρκεια θηλασμού ενός μωρού σχετίζεται με αυξημένη νοημοσύνη στην ενήλικη ζωή του, καθώς επίσης με υψηλότερο μορφωτικό επίπεδο και απόκτηση μεγαλύτερων εισοδημάτων, σύμφωνα με μια νέα βραζιλιανική επιστημονική έρευνα.

Οι θετικές επιπτώσεις

Ερευνητές, με επικεφαλής τον δρ. **Μπερνάρντο Λέσα Χόρτα** του Ομοσπονδιακού Πανεπιστημίου του Πελότας παρακολούθησαν σχεδόν 3.500 νεογέννητα επί 30 χρόνια. Όπως αναφέρει ο Μπερνάρντο Χόρτα, «οι επιπτώσεις του θηλασμού στην ανάπτυξη του εγκεφάλου και στη νοημοσύνη του παιδιού είναι καλά στοιχειοθετημένες, όμως μέχρι σήμερα, ήταν ασαφές κατά πόσο αυτή η επίπτωση συνεχίζεται σε βάθος χρόνου. Η έρευνά μας παρέχει τις πρώτες ενδείξεις ότι ο παρατεταμένος θηλασμός όχι μόνο βελτιώνει τη νοημοσύνη έως τουλάχιστον την ηλικία των 30 ετών, αλλά επίσης έχει ευρύτερες επιπτώσεις σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο, καθώς βελτιώνει το επίπεδο μόρφωσης και εισοδήματος».

Οι επιστήμονες έκαναν τεστ νοημοσύνης σε περίπου 3.500 άτομα ηλικίας 30 ετών και παράλληλα συνέλλεξαν στοιχεία για το μορφωτικό επίπεδο καθενός και την οικονομική κατάστασή του. Στη συνέχεια, συσχέτισαν αυτά τα στοιχεία με το αν κάθε άνθρωπος είχε θηλάσει ως μωρό και για πόσο καιρό.

Τα ευρήματα

Η στατιστική ανάλυση αποκάλυψε ότι υπάρχει σαφής σχέση ανάμεσα στη χρονική διάρκεια του θηλασμού και στις κατοπινές επιδόσεις του ατόμου (εξυπνάδα, μόρφωση, εισοδήματα). Όσο πιο πολύ καιρό είχε θηλάσει κάποιος, τόσο πιο ωφελημένος ήταν αργότερα.

Ενδεικτικά, ένα μωρό που είχε θηλάσει επί ένα έτος, εμφάνιζε ως ενήλικο άτομο μεγαλύτερο δείκτη (IQ) τέσσερις μονάδες κατά μέσο όρο, είχε σπουδάσει ένα έτος περισσότερο και είχε εισόδημα περίπου 30% πάνω από τον μέσο όρο, σε σχέση με κάποιον που ως μωρό είχε θηλάσει λιγότερο από ένα μήνα.

Ο βιολογικός μηχανισμός που εξηγεί αυτή τη συσχέτιση, κατά τους βραζιλιάνους επιστήμονες, έχει να κάνει πιθανώς με την παρουσία των κορεσμένων λιπαρών οξέων (DHAs) στο μητρικό γάλα του θηλασμού, ουσίες που παίζουν ζωτικό ρόλο στη σωστή ανάπτυξη του εγκεφάλου. Όσο περισσότερο γάλα θηλάζει κανείς, τόσο μεγαλύτερη ποσότητα αυτών των ουσιών απορροφά, πράγμα που έχει θετικό αντίκτυπο στην κατοπινή ζωή του. Η μελέτη δημοσιεύεται στην επιθεώρηση «Lancet Global Health» αλλά όπως αναφέρουν ειδικοί τα ενδιαφέροντα ευρήματα πρέπει να επιβεβαιωθούν και από άλλη μελέτη.

Πηγή: tovima.gr