

## Ναι στην κατανάλωση αυγού από βρέφη, σύμφωνα με Κύπρια ερευνήτρια

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Παρουσίασε τα

αποτελέσματα της μελέτης με δείγμα 1915 άτομα

Η εισαγωγή της κατανάλωσης αυγού σε βρέφη από τεσσάρων έως έξι μηνών μειώνει τον κίνδυνο για αλλεργία στο αυγό σε σχέση με τα παιδιά που λαμβάνουν αυγό για πρώτη φορά μετά την ηλικία αυτή, σύμφωνα με την Δρ. Δέσπω Ιεροδιακόνου, Κύπρια ερευνήτρια, η οποία παρουσίασε τα αποτελέσματα της μελέτης που διεξήγαγε με ομάδα ερευνητών της Ιατρικής Σχολής του Imperial College London με δείγμα 1915 άτομα.

Ανακοίνωση του ΤΕΠΑΚ, του οποίου η ερευνήτρια είναι συνεργάτης και φιλοξένησε την παρουσίαση, αναφέρει ότι “παρομοίως, από δύο μελέτες στις οποίες συμμετείχαν 1550 άτομα, τα στοιχεία έδειξαν με μέτρια βεβαιότητα ότι η πρώιμη εισαγωγή φιστικιών από τους τέσσερις έως και έντεκα μήνες συσχετίζεται με μειωμένο κίνδυνο για αλλεργία στα φυστίκια”.

Επιπλέον, με μεγάλη βεβαιότητα τα στοιχεία της μελέτης δείχνουν ότι δεν υπάρχει καμία συσχέτιση μεταξύ της χρονικής στιγμής της εισαγωγής γλουτένης με τον κίνδυνο για κοιλιοκάκη.

Ανάμεσα στις 146 μελέτες που εξετάστηκαν, φαίνεται ότι η χρονική στιγμή της εισαγωγής άλλων αλλεργιογόνων τροφίμων (π.χ. γάλα, ψάρι, σόγια) τον πρώτο χρόνο ζωής, δεν συσχετίζεται με αυξημένο κίνδυνο για αλλεργικές ή αυτοάνοσες ασθένειες.

Η Δρ. Ιεροδιακόνου ανέφερε ότι εφόσον δεν προϋπάρχει έκζεμα ή τροφική αλλεργία, τότε φαίνεται λογικό να δώσουμε αυγό και φιστίκι (σε μορφή φυστικοβούτυρου για αποφυγή πνιγμού) όταν άλλες συμπληρωματικές (στερεές) τροφές έχουν εισαχθεί στη διατροφή του βρέφους.

Είπε επίσης, ότι αν και αυτό πρέπει να επιβεβαιωθεί και για άλλα τρόφιμα ή σε παιδιά χαμηλού κινδύνου, τα δεδομένα αυτά θα πρέπει να καθησυχάσουν γονείς και παιδίατρους ότι τα παιδιά μπορούν να ξεκινήσουν όλα τα τρόφιμα μεταξύ των ηλικιών τεσσάρων και δώδεκα μηνών χωρίς αυξημένο κίνδυνο για ανάπτυξη αλλεργικής ή αυτοάνοσης ασθένειας.

**Πηγή:** [ikypros.com](http://ikypros.com)