



La introducción de alimentos con gluten antes de los tres meses de edad en la dieta de recién nacidos con antecedentes de diabetes tipo I en alguno de sus progenitores quintuplica el riesgo de desarrollar anticuerpos anti-islotos pancreáticos precursores de esta enfermedad, según un estudio que se publica en *The Journal of the American Medical Association*.

El equipo coordinado por Anette-G. Ziegler, del Instituto de Investigación en Diabetes, en Múnich (Alemania), ha analizado si el momento de inicio de la exposición a la leche materna, la de fórmula, la comida sólida y los alimentos que contienen gluten influía en el riesgo de desarrollar anticuerpos anti-islotos en niños con antecedentes familiares de diabetes tipo I.

El estudio se realizó entre 1989 y 2003 y siguió a 1 mil 610 recién nacidos de los que se recogieron muestras sanguíneas al nacer, a los 9 meses y a los 2.5 y 8 años. El tiempo de lactancia se obtuvo a través de entrevistas a los familiares. Como alimentos con gluten se consideraron el trigo, el centeno, la cebada y la avena, e incluían pan, galletas, bizcochos, copos de avena y pasta.

"La introducción temprana de alimentos ricos en gluten fue un factor de riesgo para el desarrollo de diabetes tipo I asociada a anticuerpos en niños con padres con este tipo de diabetes. La exposición a gluten en la dieta antes de los tres meses quintuplicaba el riesgo de desarrollo de anticuerpos de islotes, comparado con los que comenzaban a tomarlos después de los tres meses". El riesgo no se asoció con una reducción del tiempo de lactancia.

### Cereales

Otro estudio del equipo de Jill Norris, del Centro de Ciencias de la Salud de la Universidad de Colorado, en Denver, que también aparece en JAMA, ha constatado que los niños con susceptibilidad a padecer diabetes que son expuestos a los cereales antes de los cuatro meses de edad, o después de los seis, tienen mayor riesgo de desarrollar anticuerpos a los islotes pancreáticos.

En el estudio, desarrollado entre 1994 y 2000, se incluyeron 1 mil 183 niños, que fueron seguidos durante una media de cuatro años. Después de ajustar diversas variables se encontró que, comparados con los niños expuestos a cereales entre los 4 y los 6 meses, los que habían tomado cualquier tipo de cereal antes de cumplir cuatro meses incrementaban en 4.32 el riesgo de desarrollar anticuerpos anti-islotos, y los que empezaron a ingerir cereales a partir de los siete meses aumentaban su riesgo en 5.36 veces.

"A la vista de estos resultados no hace falta variar las guías de alimentación infantil estadounidenses actuales, que recomiendan la introducción de cereales entre los 4 y los 6 meses", han concluido.

No alarmar

En un editorial que acompaña a los estudios sobre diabetes en el mismo número de JAMA, Mark Atkinson, de la Universidad de Florida, en Gainesville, y Edwin Gale, de la Universidad de Bristol (Reino Unido), explican que "ambos análisis no aportan suficiente evidencia para sugerir que el consumo de cereales en niños origina diabetes, por lo que no deben ser malinterpretados por los padres.

"Aunque la positividad a anticuerpos debe usarse como medida de control, con un poder predictivo alto, lo cierto es que el resultado más significativo sigue siendo el desarrollo de la diabetes. Otro problema de estudios observacionales como éste es el bajo número de objetivos, en este caso, autoinmunidad contra los islotes con o sin progresión a diabetes".

Fuente: **Agencias**