

## **La vitamina D durante el embarazo puede influir en el desarrollo cognitivo de los niños, según sugiere el estudio ECHO**

**el consorcio ECHO, incluyendo Julie B. Herbstman**

Según un nuevo estudio realizado por la cohorte Environmental influences on Child Health Outcomes (ECHO), unos niveles más altos de vitamina D durante el embarazo pueden estar relacionados con mejores resultados en las pruebas cognitivas.

Los investigadores descubrieron que los niños cuyas madres tenían niveles más altos de vitamina D durante el embarazo tendían a obtener mejores resultados en las pruebas cognitivas que evalúan habilidades como la resolución de problemas y el procesamiento de nueva información entre los 7 y los 12 años. Sin embargo, los niveles de vitamina D no estaban relacionados con habilidades basadas en conocimientos adquiridos, como el vocabulario. La asociación parecía más fuerte entre los hijos de madres negras, y los niveles de vitamina D medidos al principio del embarazo parecían ser los más importantes para el desarrollo cerebral de los niños. Las personas negras suelen tener niveles más bajos de vitamina D porque su piel tiene más pigmentos, lo que dificulta que la piel produzca vitamina D a partir de la luz solar.

"Nuestro estudio proporciona nuevas pruebas importantes de que el inicio del embarazo puede ser un periodo crítico en el que la vitamina D tiene el mayor potencial para favorecer el desarrollo cognitivo», afirmó Melissa M. Melough, doctora y dietista registrada de la Universidad de Delaware, Newark. "Esto pone de evidencia una oportunidad clave para que los médicos mejoren el chequeo y el apoyo a la suplementación con vitamina D antes y durante el embarazo".

La deficiencia de vitamina D es común durante el embarazo y se ha relacionado con el desarrollo temprano del cerebro, pero pocos estudios han examinado si estos efectos continúan en la infancia tardía o si difieren según el grupo racial. Los investigadores enfatizan que, si bien estos hallazgos se suman a la creciente evidencia sobre el papel de la vitamina D en el embarazo, se necesitan más estudios para determinar la dosis óptima y el momento adecuado para la suplementación con el fin de apoyar el desarrollo cognitivo.

[Leer publicación solo en inglés.](#)