

تغذیه پدر می‌تواند بر سلامت نوزاد تأثیر بگذارد

12 مرداد 1405

وقتی صحبت از آمادگی برای یک بارداری سالم می‌شود، معمولاً تمرکز روی مادران است. اما تحقیقات جدید نشان می‌دهد که تغذیه پدران نیز نقش مهمی ایفا می‌کند.

به گزارش مادران دختران به نقل از مدیسن نت، «دانیلا سارتورلی»، استاد پزشکی در دانشگاه سائوپائولو در برزیل و نویسنده این مطالعه، گفت: «تغذیه و سلامت مادر قبل، حین و بعد از تولد نوزاد همیشه مورد توجه بوده است، اما در مورد نقش رژیم غذایی پدر چیز زیادی گفته نشده است. مطالعه ما نشان می‌دهد که این موضوع برای سلامت نوزاد نیز بسیار مهم است.»

در مطالعه‌ای روی ۴۳ خانواده، محققان دریافتند که هرچه پدران قبل از لقاح غذاهای فوق فرآوری شده بیشتری مصرف کنند، وزن هنگام تولد نوزادانشان بیشتر و تجمع چربی در ران‌ها و اطراف کمر در هنگام تولد بیشتر می‌شود.

وزن بالاتر هنگام تولد و افزایش چربی بدن در اوایل زندگی از عوامل خطر بیماری‌های قلبی-متابولیک در بزرگسالی محسوب می‌شوند.

محققان معتقدند رژیم‌های غذایی سرشار از غذاهای فوق فرآوری شده ممکن است باعث التهاب در بدن شوند، بر کیفیت اسپرم تأثیر بگذارند و نحوه بیان برخی ژن‌ها را قبل از انتقال به نوزاد تغییر دهند.

یکی از ژن‌های برجسته در این مطالعه IGF-II منحصراً از پدر به ارث می‌رسد و نقش کلیدی در رشد جنین دارد.

محققان گفتند عادات غذایی پدر ممکن است نحوه بیان این ژن را تغییر دهد و به طور بالقوه بر رشد جنین تأثیر بگذارد.

رژیم غذایی مادران نیز مهم بود، اما به روشی متفاوت. مادرانی که در اوایل بارداری غذاهای فوق فرآوری شده بیشتری مصرف می‌کردند، نوزادانی با وزن کمتر، قد کوتاه‌تر و دور سر کوچکتر داشتند.

محققان می‌گویند این یافته‌ها اهمیت گنجاندن پدران، در کنار مادران، در راهنمایی‌های سلامت و تنظیم خانواده را تقویت می‌کند.