

Fatty acids may help kid's behavior problems

Dietary supplementation with omega-3 and other fatty acids appears to reduce the educational and behavioral problems of children with a condition termed Developmental Coordination Disorder (DCD), UK researchers report.

"In DCD children, supplementing their diet with mainly omega-3 fatty acids led to highly significant improvements in their reading, spelling and behavior," lead investigator Dr. Alexandra J. Richardson of the University of Oxford told Reuters Health.

Moreover, symptoms typical of attention deficit hyperactivity disorder, "including difficulties in attention and concentration as well as hyperactivity and impulsivity, fell markedly," Richardson continued. In fact, the benefit of the supplements seemed to be similar to that usually achieved by stimulant medication.

The research

Richardson and co-investigator Dr. Paul Montgomery, also at the University of Oxford, studied 117 children with DCD, who were between 5 and 12 years of age. The kids were randomly assigned to dietary supplementation with omega-3 and omega-6 fatty acids or inactive placebo capsules.

After three months, the placebo group crossed over to active treatment for another three months.

Results

The results, reported in the *Medical Journal Pediatrics*, support those from an earlier pilot study of by Richardson, involving children with dyslexia and attention deficit-type symptoms.

"Our research in this area is mainly focused on the omega-3 fatty acids found in fish and seafood," Richardson explained, "because they are absolutely essential for brain development and function, but are often relatively lacking from modern diets in developed countries."

"It is now very important," the researcher concluded, "to see whether the same results could be achieved with dietary interventions in other children with behavior problems attending mainstream schools."

Source: *Pediatrics*, May 2005



©Ilustración: Miriam Torres

United Kingdom researches reveal that fatty acids from fish and seafood, mainly the so called omega-3 may give one more benefit to human health: the reduction of problems related to attention deficit, hyperactivity disorder and behavior problems in kids.

Los ácidos grasos de pescados y mariscos ayudan a solucionar los problemas de conducta en niños

Investigaciones realizadas en el Reino Unido indican que los ácidos grasos provenientes de los pescados y mariscos, principalmente los llamados omega-3 pueden proporcionar un beneficio más a la salud humana: la reducción de problemas en los síndromes de desorden hiperactivo, de déficit de atención y de problemas de comportamiento en niños.

Una dieta suplementada con ácidos omega-3 y otros ácidos grasos contribuye a la reducción de problemas educacionales y de comportamiento en niños que padecen una condición llamada "Desorden del Desarrollo de Coordinación" (Developmental Coordination Disorder DCD por sus siglas en inglés), según han reportado investigadores del Reino Unido.

"Suplementar la dieta principalmente con ácidos grasos omega-3 en los niños con DCD, trajo como consecuencia mejoras altamente significativas en su lectura, deletreo y comportamiento", según comentó la investigadora, Dra. Alexandra J. Richardson de la Universidad de Oxford.

Aún más, los síntomas típicos del Desorden Hiperactivo de Deficiencia de Atención, "incluyendo tanto las dificultades en atención y concentración como la hiperactividad y la impulsividad tuvieron una marcada baja". De hecho el beneficio de los suplementos parece similar al alcanzado por estimulantes medicados.

La investigación

La Dra. Richardson y el co-investigador Dr. Paul Montgomery, también de la Universidad de Oxford, estudiaron a 117 niños con DCD cuya edad oscilaba

entre los 5 y 12 años. A estos niños se les asignó al azar, suplemento dietético con ácidos grasos omega-3 y omega-6 ó capsulas de placebo inactivo. Después de tres meses, el grupo tratado con placebo cruzo hacia un tratamiento activo por otros tres meses.

Resultados

Los resultados de esta investigación, reportados en la revista médica "Pediatrics", soportan los resultados de un estudio piloto previo de la Dra. Richardson, que involucró a niños con dislexia y el Síndrome de Déficit de Atención.

"Nuestra investigación en esta área está enfocada principalmente en los ácidos grasos omega-3 que se encuentran en los pescados y mariscos" explicó la Dra. Richardson, "porque son absolutamente esenciales para el desarrollo y función del cerebro, pero frecuentemente faltan en dietas modernas de países desarrollados."

"Ahora es muy importante ver si se pueden obtener los mismos resultados con intervenciones dietéticas en otros niños con problemas de comportamiento que asistan a escuelas que no sean especiales."

Fuente: Pediatrics, Mayo, 2005

Porque para
nosotros nada
es imposible

tenemos lo productos
que buscabas



EL MAR
CONGELADO
!Sólo Calidad!

Ventas: (55) 5614 7183 y 5614 9032 México D.F.
www.marcongelado.com.mx ventas@marcongelado.com.mx