

# Na gravidez açúcar em excesso aumenta risco de alergias no bebê

2017-07-11 22:13:38

Filhos de mulheres que ingeriram grandes quantidades de açúcar enquanto estavam grávidas têm mais probabilidade de desenvolver alergias. Um estudo realizado em 9.000 mulheres revela que a probabilidade é duas vezes superior em relação às que comeram menos açúcar.



## Problemas respiratórios causados pelo excesso de açúcar

É do conhecimento de todos que o açúcar faz muito mal à saúde quando consumido em excesso, até é atualmente conhecido por “veneno branco”.

Foi descoberto que, para além da diabetes gestacional, pode causar alergias aos bebês que consumirem açúcar em demasia ainda estando na barriga da mãe.

Tendo a probabilidade de vir a ter alergias duas vezes mais que uma criança que a mãe tenha consumido menos açúcar e mais fibra durante a gravidez. A asma alérgica é um desses exemplos, este é o tipo de asma mais comum e causa problemas respiratórios.



## Açúcar escondido nos alimentos

## **Pplware Kids**

Na gravidez açúcar em excesso aumenta risco de alergias no bebé

Não é correto afirmar que este tipo de alergia esteja diretamente ligado à ingestão de açúcar em excesso mas, os estudos que estão a ser feitos apontam para que essa possa ser uma das causas. A teoria de que açúcar em demasia podem causar asma está ligado com o facto de que grandes quantidades de frutose podem levar a uma resposta imune do corpo, levando à inflamação nos pulmões. A frutose, ao contrário do que muita gente pensa não é apenas o açúcar presente na fruta, está também incluído no xarope de milho e em grande parte dos alimentos processados, onde as pessoas nem dão por isso.

Vários são os fatores que influenciam o risco de alergia de um bebé, incluindo a exposição a micróbios e poluição, até ao tipo de leite de que se alimenta.

Sheena Cruickshank, da Universidade de Manchester, no Reino Unido diz que estudos futuros devem ter essas variáveis em consideração para que seja mais nítido o relacionamento entre a dieta materna durante o período gestacional e as alergias que o bebé vem a desenvolver.

Por **Célia Simões** para Pplware Kids