

A alimentação das crianças nos primeiros anos de vida pode afectar o desenvolvimento do seu quociente de inteligência (QI), revela um estudo publicado na revista científica "British Medical Journal". Os investigadores da Universidade de Bristol, no Reino Unido, basearam o seu trabalho em dados do estudo ALSPAC, realizado com 14 mil crianças nascidas entre 1991 e 1992, e que faz um acompanhamento a longo prazo da saúde dos participantes.

Neste âmbito, os pais das crianças completaram questionários detalhados sobre o tipo de comida e bebida que os seus filhos consumiam aos três, quatro, sete e oito anos e meio. Depois disso, periodicamente, as crianças foram submetidas a testes de inteligência, segundo a escala de Wechsler. Os resultados revelaram que aquelas cuja dieta era pouco saudável apresentaram um QI menor do que os que tinham uma alimentação equilibrada.

De acordo com os investigadores, os padrões de alimentação entre os quatro e os sete anos não tiveram impacto no nível de inteligência das crianças, mas apenas o tipo de dieta mantida até aos três anos. "Os efeitos cognitivos relacionados com os hábitos alimentares nos primeiros anos de vida podem persistir mesmo alterando a dieta", alertaram.

Apesar dos resultados obtidos neste estudo, os investigadores acreditam que serão necessários novos trabalhos para se perceber melhor os efeitos sobre a inteligência de determinados tipos de dieta em idades mais avançadas.