

السمك والحمل تضارب في النتائج



أثبتت دراسات علمية حديثة أن^١ تناول الأسماك أثناء فترة الحمل يهدد الأطفال بالسمنة المستقبلية، حيث وضحت الدراسات والتي شملت 11 دولة حول العالم أن^٢ النساء اللاتي تناولن الأسماك بمعدل 3 وجبات أسبوعية في فترات حملهن أنجبن أطفالاً^٣ يعانون من زيادة الوزن وأمراض السمنة. كما ربطت الأبحاث بين تناول الأسماك بمعدل ثلاث مرات أسبوعياً^٤ والنمو السريع للأطفال قبل سن سنتين. أتت الدراسة التي شملت 26,184 من النساء الحوامل وأطفالهن^٥ حول العالم مخالفة لدراسة أخرى صدرت خلال هذا العام تشير إلى أن^٦ تناول السمك أثناء الحمل بمعدل 600 غرام أسبوعياً^٧ تعمل على تعزيز القدرات المعرفية لدى الأطفال.