السمك والحمل تضارب في النتائج



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