

[Dodano 09.05.2012]

W zespole Willi-Pradera zostały stwierdzone niedobory niezbędnych kwasów tłuszczowych (dane nieopublikowane), ze względu na dietę niskotłuszczową.

Kwasy tłuszczowe omega-3 (DHA) w dużej mierze budują istotę szarą mózgu i odgrywają kluczową rolę w funkcjonowaniu komórek. Badania z kilku ostatnich lat głoszą, że dieta bogata w kwasy tłuszczowe omega-3 sprzyja równowadze emocjonalnej i dobremu nastrojowi, poprawia koncentrację i pamięć, wspomaga prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego, a także wpływa pozytywnie na układ krążenia i układ immunologiczny. Nadmiar kwasów tłuszczowych omega-6 przy jednoczesnym niedoborze kwasów tłuszczowych omega-3 prowadzi do stanów zapalnych.

Uważa się, że pożądana relacja kwasów tłuszczowych omega-3 do omega-6 wynosi od 1:1 do 1:4. Dieta większości z nas odzwierciedla relację 1:30 lub gorszą.

Osoby z PWS są narażone na niedobory zarówno niezbędnych kwasów tłuszczowych omega-3, jak i omega-6. Niewielka ilość tłuszczu, którą otrzymują (z margaryny lub innych źródeł roślinnych, mięsa oraz źródeł mlecznych) z większym prawdopodobieństwem zawierają kwasy tłuszczowe Omega-6. Dlatego zaleca się, aby suplementacja niezbędnymi kwasami tłuszczowymi stanowiła element diety każdej osoby z PWS, od kiedy wkroczą w etap ograniczania kalorii. Niemowlęta również są narażone na niedobory, gdyż jest mało prawdopodobne, że będą karmione piersią i w związku z tym należy przedyskutować z dietetykiem konieczność suplementacji. Ponieważ w przypadku niektórych dolegliwości mogą występować ograniczenia w stosowaniu diety bogatej w omega-3 zalecana jest konsultacja z lekarzem przed rozpoczęciem suplementacji.

Suplementy z kwasami omega-3 występują obficie na rynku. Warto jednak porównać je pod względem zawartości kwasów DHA i EPA, gdyż różnice między poszczególnymi produktami są znaczne.

Źródło: "Essential Fatty Acid Supplementation in PWS" Linda M. Gourash, MD (Developmental and Behavioral Pediatrics), Janice L. Forster, MD (Developmental Neuropsychiatry) www.pittsburghpartnership.com