

EVIDENCIAS EN PEDIATRÍA

Toma de decisiones clínicas basadas en las mejores pruebas científicas
www.evidenciasenpediatria.es

Comentario Asociado

Tratamiento con omega-3 y vitaminas en personas con trastorno del espectro del autismo

Fraguas Herráez D

Instituto de Psiquiatría y Salud Mental. Hospital Clínico San Carlos. IdISSC. CIBERSAM. Facultad de Medicina. Universidad Complutense. Madrid. España.

Correspondencia: David Fraguas Herráez, david.fraguas@salud.madrid.org

Fecha de recepción: 1 de abril de 2020 • Fecha de aceptación: 10 de abril de 2020
Fecha de publicación del artículo: 22 de abril de 2020

Evid Pediatr. 2020;16:23.

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Fraguas Herráez D. Tratamiento con omega-3 y vitaminas en personas con trastorno del espectro del autismo. Evid Pediatr. 2020;16:23.

Para recibir Evidencias en Pediatría en su correo electrónico debe darse de alta en nuestro boletín de novedades en <http://www.evidenciasenpediatria.es>

Este artículo está disponible en: <http://www.evidenciasenpediatria.es/EnlaceArticulo?ref=2020;16:23>
©2005-20 • ISSN: 1885-7388

Tratamiento con omega-3 y vitaminas en personas con trastorno del espectro del autismo

Fraguas Herráez D

Instituto de Psiquiatría y Salud Mental. Hospital Clínico San Carlos. IdISSC. CIBERSAM. Facultad de Medicina. Universidad Complutense. Madrid. España.

Correspondencia: David Fraguas Herráez, david.fraguas@salud.madrid.org

Los estudios sobre el uso de dietas y suplementos en personas con diagnóstico de trastorno del espectro del autismo (TEA) indican que alrededor del 25% de las personas con TEA toman de forma habitual suplementos dietéticos o realizan restricciones dietéticas¹. Y ello a pesar de que los resultados de los diferentes estudios sobre la eficacia de las dietas y los suplementos alimenticios en el tratamiento de los síntomas nucleares del TEA (es decir, dificultades de comunicación y reciprocidad social, e intereses restrictivos) son limitados y contradictorios².

Por supuesto, muchas personas con TEA pueden usar intervenciones dietéticas o suplementos como estrategias complementarias para tratar de mejorar su salud general. Sin embargo, con el fin de evitar malentendidos y falsas expectativas que no se ajustan a la realidad de las pruebas disponibles, es importante que los profesionales sanitarios informemos con rigor sobre la eficacia de las dietas y los suplementos alimenticios en el tratamiento de los síntomas nucleares del TEA.

Para intentar resolver las contradicciones de los resultados disponibles en este campo, realizamos una revisión sistemática con metanálisis (es decir, un estudio que combina sistemáticamente los resultados de estudios anteriores) de los ensayos clínicos aleatorizados, doble ciego y controlados con placebo que han evaluado la eficacia sobre síntomas específicos, funciones y dominios clínicos de las intervenciones dietéticas con ácidos grasos omega-3 o vitaminas en personas con TEA. El diseño de los ensayos incluidos en este metanálisis es el mejor para sacar conclusiones con respecto a la eficacia de las intervenciones³.

Los resultados del metanálisis indican que la suplementación con omega-3 y vitaminas no está justificada de forma general en los pacientes con TEA. Sin embargo, en algunos síntomas o dominios específicos, el uso de estos suplementos se asocia con mejoras discretas (el tamaño del efecto fue pequeño). Actualmente se desconocen los mecanismos subyacentes involucrados en la potencial eficacia de las intervenciones dietéticas en el TEA. Nuestro estudio no evalúa esta importante cuestión y la literatura médica actual no es concluyente.

La principal limitación de este metanálisis fue que, pese a la baja heterogeneidad estadística, hubo una alta heterogeneidad metodológica entre los estudios incluidos, sobre todo en términos del tipo de intervención (por ejemplo, dosis, duración), medidas de resultado clínico y características de la muestra. Esto limita la capacidad de identificar grupos específicos dentro del TEA en los cuales las intervenciones son efectivas (o más efectivas).

Los principales conclusiones de este estudio, que ha sido revisado de forma crítica y rigurosa en *Evidencias en Pediatría*⁴, son: 1) actualmente no podemos hacer una recomendación específica con respecto al uso de omega-3 o vitaminas como tratamiento de los síntomas del TEA, y 2) debemos promover el desarrollo de estudios de investigación mejor diseñados que evalúen la efectividad de las intervenciones dietéticas en personas con TEA.

BIBLIOGRAFÍA

1. Salomone E, Charman T, McConachie H, Warreyn P; Working Group 4, COST Action 'Enhancing the Scientific Study of Early Autism' Prevalence and correlates of use of complementary and alternative medicine in children with autism spectrum disorder in Europe. *Eur J Pediatr*. 2015; 174:1277-85.
2. Sathe N, Andrews JC, McPheeters ML, Warren ZE. Nutritional and dietary interventions for autism spectrum disorder: a systematic review. *Pediatrics*. 2017; 139:e20170346.
3. Fraguas D, Díaz-Caneja CM, Pina-Camacho L, Moreno C, Durán-Cutilla M, Ayora M, et al. Dietary interventions for autism spectrum disorder: a meta-analysis. *Pediatrics*. 2019; 144:e20183218.
4. Pérez-Moneo Agapito B, Molina Arias M. Trastorno de espectro autista: los escasos beneficios del tratamiento dietético. *Evid Pediatr*. 2020; 16:18.