

**Tytuł:** Zapotrzebowanie na kwas dokozaheksaenowy i inne kwasy tłuszczowe omega-3 w związku z rozwojem ośrodkowego układu nerwowego i zdolności poznawczych / DHA and omega-3 fatty acid requirements for development of the central nervous system and cognitive function

**Słowa kluczowe:** FUNKCJE POZNAWCZE KWASY TŁUSZCZOWE DHA

**Keywords:** COGNITIVE FUNCTION FATTY ACIDS DHA

**Autorzy:**

Piotr Socha - Klinika Gastroenterologii, Hepatologii, Zaburzeń Odżywiania i Pediatrii, Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”, Warszawa

**Streszczenie:**

Pracę oparto na przeglądzie piśmiennictwa odnoszącego się do badań oceniających wpływ suplementacji kwasami omega-3 na funkcję ośrodkowego układu nerwowego w różnych grupach wiekowych. Dokonano również przeglądu zaleceń i stanowisk ekspertów dotyczących suplementacji DHA w krytycznych okresach rozwoju u niemowląt, kobiet ciężarnych, karmiących piersią oraz małych dzieci. Pokazano spójność zaleceń. Podsumowano zalecenia pod kątem praktycznych wskazań dla lekarza.

**Abstract:**

The paper refers to the recent systematic review of omega-3 fatty acid supplementation studies in regard of central nervous system function at different age. Moreover, the review of guidelines and position statements on DHA supplementation in critical life periods was performed – in infancy, early childhood, breastfeeding and pregnant women. Consistency of major statements was presented. The paper summarized major conclusions for clinical practice.