

FUENTE: CLARÍN

FECHA: 27 DE ENERO DE 2009

TÍTULO: ADVIERTEN DEFICIENCIAS EN LA ALIMENTACIÓN DE LOS BEBÉS

LINK: [HTTP://WWW.CLARIN.COM/DIARIO/2009/01/27/SOCIEDAD/S-01847134.HTM](http://www.clarin.com/diario/2009/01/27/SOCIEDAD/S-01847134.HTM)

ESTUDIO DE LA ESCUELA DE NUTRICION DE LA FACULTAD DE MEDICINA DE LA UBA

Advierten deficiencias en la alimentación de los bebés

La lactancia se abandona muy rápido y se incorpora la carne tardíamente.

Por: [Georgina Elustondo](#)



DEMASIADO APURO. EL BEBE NECESITA LA LECHE MATERNA HASTA LOS 6 MESES.

La forma en que alimentamos a un bebé desde que nace y durante el primer año de vida es clave no sólo para su salud sino, también, para su buen crecimiento. Sin embargo, el patrón alimentario de muchos niños argentinos en sus primeros doce meses de vida tiene falencias importantes: la lactancia se abandona en forma temprana; se introduce precozmente la leche común, en lugar de reemplazar o complementar la "teta" con leches maternizadas; la carne y otros alimentos ricos en hierro se incorporan a la dieta tardíamente; y se les da yogures, purés y hasta miel antes de lo aconsejado. Esto deriva en un alta prevalencia de anemias y otros cuadros que ponen en riesgo el desarrollo de los más chicos.

Lo afirma un estudio realizado por la Escuela de Nutrición de la Facultad de Medicina de la UBA, realizado en hospitales públicos y centros de salud de Capital y el Gran Buenos Aires, en septiembre del 2008. Los investigadores analizaron los hábitos alimenticios de 159 casos (binomios madre/hijo) y encontraron que el patrón alimentario durante el primer año de vida "tiene importantes falencias".

Según sus resultados, que coinciden con relevamientos anteriores, los niños no sólo dejan de ser amamantados tempranamente sino que, en muchos casos, tampoco reciben a tiempo alimentos que contengan hierro, aumentando el riesgo de anemia nutricional. "Encontramos que ciertos alimentos y hábitos no se implementan correctamente, algo que afecta la salud del lactante desde pequeño", explica la doctora Marina Torresani, al frente del estudio. Si bien la muestra es sesgada y las conclusiones no pueden extenderse a la población general, este estudio vuelve a confirmar que el modo en que alimentamos a los bebés no es el ideal para su buen crecimiento y desarrollo.

Ya lo advirtió la última Encuesta Nacional de Prevalencia de la Lactancia Materna del Ministerio de Salud, realizada en 2007: según su datos, menos de la mitad de las madres le sigue dando el pecho a su hijo luego

del 4º mes, y apenas un tercio de los bebés son alimentados exclusivamente con leche materna hasta los 6 meses. Es más: sólo 2 de cada 10 mamás no pobres siguen nutriendo a su hijo con leche materna al llegar al año.

Esta realidad desatiende las recomendaciones de expertos de todo el mundo. "Sostener la lactancia hasta los 2 años protege la salud infantil y ofrece un aporte nutricional importante. Los niños de 12 a 23 meses amamantados reciben cerca del 40% del total de sus requerimientos energéticos de la leche materna", según la Organización Panamericana de la Salud.

"La lactancia materna durante este período es clave, y, sin embargo, la prevalencia de la lactancia es baja y el abandono es temprano", subraya Torresani. "En paralelo, se observa una introducción precoz de la leche común y los alimentos que contienen hierro (sobre todo la carne) se introducen tardíamente. Todo esto multiplica el riesgo de anemia nutricional", dice. La prevalencia de este problema es alta en el país: según datos oficiales, tiene anemia el 34% de los menores de 2 años.

"Hasta los 6 meses no se debe dar al bebé ningún alimento que no sea la leche materna o fórmulas maternizadas", enfatiza Torresani. "Luego, entre los 6 y 7 meses, hay que ir incorporando otros alimentos en forma gradual. Recién en el segundo semestre el organismo del bebé está totalmente apto para la incorporación de otros alimentos".