

Fuente: Terra Peru

Fecha: 01 de marzo de 2010

Título: Leche materna, lo mejor para la vista del bebé

Link: <http://www.pe.terra.com/salud/interna/0,,OI4295495-EI5479,00.html>

Salud

## Leche materna, lo mejor para la vista del bebé

El desarrollo físico e intelectual de un niño depende, en gran medida, de la capacidad visual de sus primeros meses de vida. Esta facultad se encuentra íntimamente ligada a una alimentación adecuada con leche materna.

Cuando un recién nacido abre los ojos decimos que "mira pero no ve". Ello obedece a que, en sus primeros meses de vida, el sistema nervioso central aún no está lo suficientemente maduro. Sin embargo, en circunstancias normales, la nitidez de la vista del neonato irá mejorando a medida que su cerebro vaya madurando.

La impresión de que el bebé "mira pero no ve" es denominado clínicamente "reflejo de fijación", un fenómeno instintivo que tiene su desarrollo entre las 6 y las 10 semanas de vida. Una vez logrado que el reflejo incorpore de forma definitiva al mecanismo del control visual, el niño comienza a seguir los objetos con la vista y gira la cabeza en la dirección de aquellos que aparecen próximos a él.

Además de constituir un síntoma de madurez, que alegra a padres y familiares que han hecho el seguimiento de esa evolución, el "reflejo de fijación" ya instaurado en el sistema nervioso central del pequeño significa, por otro lado, el inicio del contacto visual con las personas que suele tener habitualmente a su alrededor.

### Rasgos faciales

La evolución visual prosigue de forma que en torno a los tres meses de vida, el bebé comienza a percibir los rasgos faciales de la madre y del padre y es capaz de recordarlos. Asimismo, comienza lentamente a distinguir los colores.

Hasta la culminación de esa fase, es posible que el infante pueda bizquear en determinados momentos pero no hay que asustarse. Esto puede deberse a la falta de precisión en la coordinación y el control en los centros cerebrales responsables de la adecuada ubicación de los ojos.

De los tres a los seis meses, la vista del niño da un paso de gigante. A partir de los cuatro meses, los ojos se centran al tiempo que percibe cada vez mejor el mundo que le rodea y su campo visual aumenta.

No olvidemos que en los dos primeros años de vida, la vista se va a convertir es el sentido básico de comunicación del niño con el mundo exterior.

El pediatra José Manuel Moreno, del servicio de Nutrición Clínica del Hospital 12 de Octubre de Madrid, dijo a que "entre un 4 y un 5 por ciento de los recién nacidos presenta problemas en la visión" y señaló que, si bien estas patologías pueden estar producidas por diferentes causas, "una detección precoz y una intervención adecuada sobre la dieta pueden prevenir y mejorar este tipo de situaciones y evitar que haya complicaciones mayores durante el crecimiento del niño".

Para este experto "es vital el papel del pediatra en el diagnóstico de estos problemas", pues dado que el niño cuando nace su sistema visual aún no está maduro, y por tanto su capacidad de visión es muy escasa, "es clave que controlemos que este proceso de maduración evolucione de forma normal". Agudeza visual

Algunas de estas anomalías son muy evidentes, pero existen otras como la falta de agudeza visual, bastante frecuente, que no resulta fácil de detectar. En este sentido, según el doctor Moreno, son imprescindibles las visitas periódicas al pediatra con el fin de evaluar el sistema óptico del bebé.

"El objetivo -agrega- es que a todos los niños, antes de cumplir los cuatro o cinco años, se les examine para comprobar si sufren algún problema de visión, pues hacerlo más tarde supone que las probabilidades de recuperación del ojo se reduzcan significativamente".

La recomendación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en relación con la prevención del problema de visión del neonato es contundente: hasta los 6 meses de vida el mejor protector para el bebé es alimentarse con leche materna. Cuando esto no es posible, se aconseja utilizar una fórmula de leche artificial con unas propiedades y nutrientes de acuerdo con el patrón de la materna.

La leche materna, según el doctor Moreno, es rica en muchos ingredientes beneficiosos para el desarrollo del bebé, como son los ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga, sobre todo el DHA (ácido docosahexaenoico).

"Estos ácidos grasos -añadió- son fundamentales para la maduración del sistema óptico y el desarrollo cerebral. La retina y el córtex son los órganos del cuerpo con un mayor contenido de DHA. Esto explica que la dieta del recién nacido, a través de la ingesta de ese ácido a través de la leche materna, tiene un impacto significativo en la maduración de sus funciones cerebrales y visuales".

En opinión del especialista, los niños que toman pecho presentan una mejoría de la agudeza visual frente a los que reciben una fórmula artificial. Sin embargo, en aquellos casos en los que no es posible alimentar al bebé con leche materna, lo ideal es que reciban un preparado artificial que cuente con prácticamente las mismas propiedades que la leche de la madre.

El cerebro del recién nacido, aunque todavía inmaduro, es muy rico en grasas insaturadas, sobre todo en la zona que afecta a la retina.

"Es precisamente en este periodo de crecimiento cuando más importante resulta que se rellenen bien estos depósitos de poliinsaturados para que el bebé tenga un desarrollo adecuado de sus funciones", señaló el doctor Moreno.

Uno de los preparados artificiales de última generación, Enfalac Premium 2, consigue favorecer el desarrollo visual del lactante de la forma más parecida a la leche materna, según informó Anna Ferret, directora general de Mead Jonson Nutrition en España, su fabricante.

Dicho beneficio lo consigue, según palabras de Ferret, "al incorporar LIPIL, una mezcla de ácidos grasos que contiene más de un 0,3 por ciento de ácido docosahexaenoico (DHA), poliinsaturado que no está presente en la leche de vaca y que es la materia prima fundamental en la mayoría de las fórmulas de leches infantiles".

Recientemente, la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (European Food Safety Authority (EFSA) ha expresado su opinión positiva a este producto, según constata el profesor Andréu Palop, presidente del Comité Científico de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición.

EFE