



Por un niño sano
en un mundo mejor



ALIMENTACIÓN

COMPLEMENTARIA EN DISTINTOS CONTEXTOS SOCIOCULTURALES

DRA. CAROLA BEATRIZ GRECO

Universidad de Buenos Aires

Facultad de Farmacia y Bioquímica

Cátedra de Bromatología

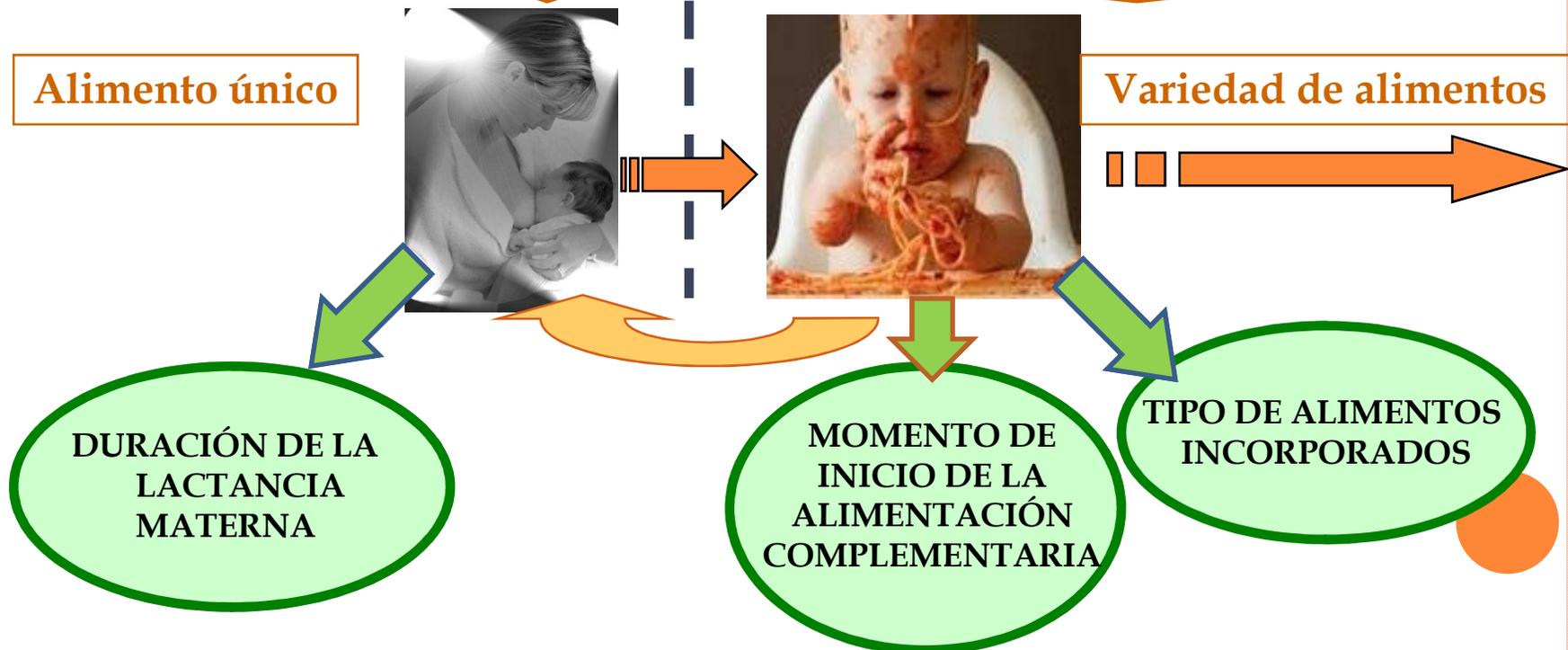
9° Congreso Argentino de Lactancia Materna

VENTANA CRÍTICA: 1000 días de oportunidad

Gestación
(270 días)

Primer año de vida
(365 días)

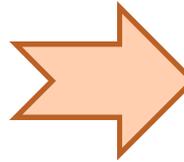
Segundo año de vida
(365 días)



SOCIEDAD Y CULTURA

INGERIR
ALIMENTOS

PERCIBIR
ESTÍMULOS



IDENTIDAD



ENCUENTRO
COMUNICACIÓN

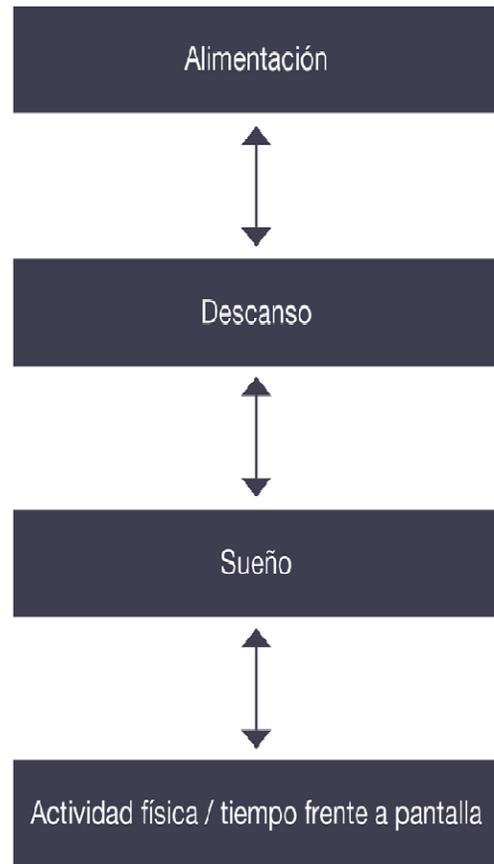
PATRÓN ALIMENTARIO



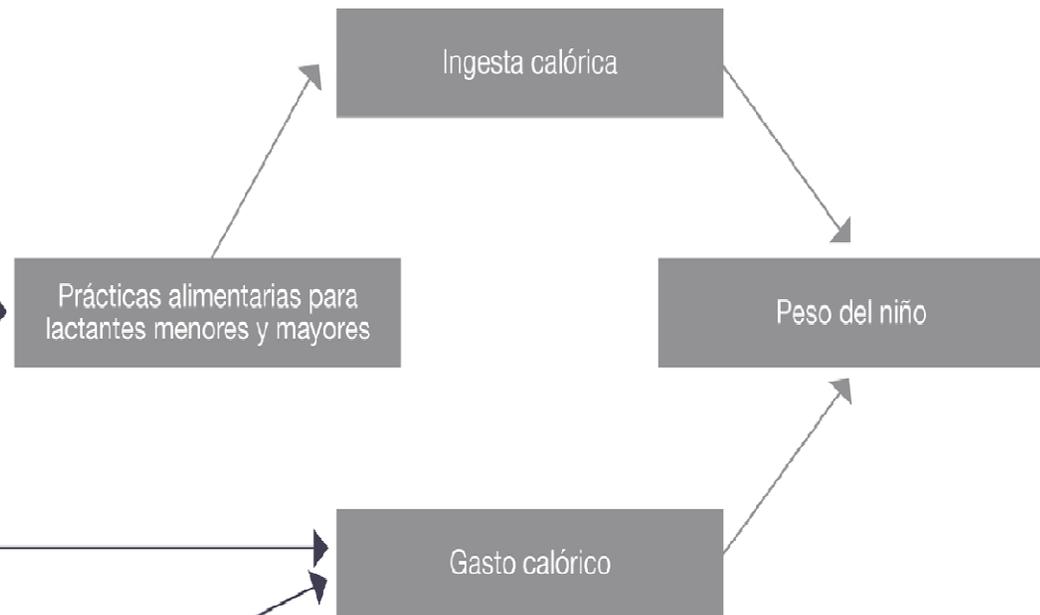
- Pueden observarse diferencias en el patrón alimentario en distintos contextos socio-económicos y/o regionales.
- Las prácticas de crianza condicionan las pautas de alimentación infantil



DIMENSIONES DE LA CRIANZA PERCEPTIVA



RESULTADO EN LACTANTES MENORES Y MAYORES

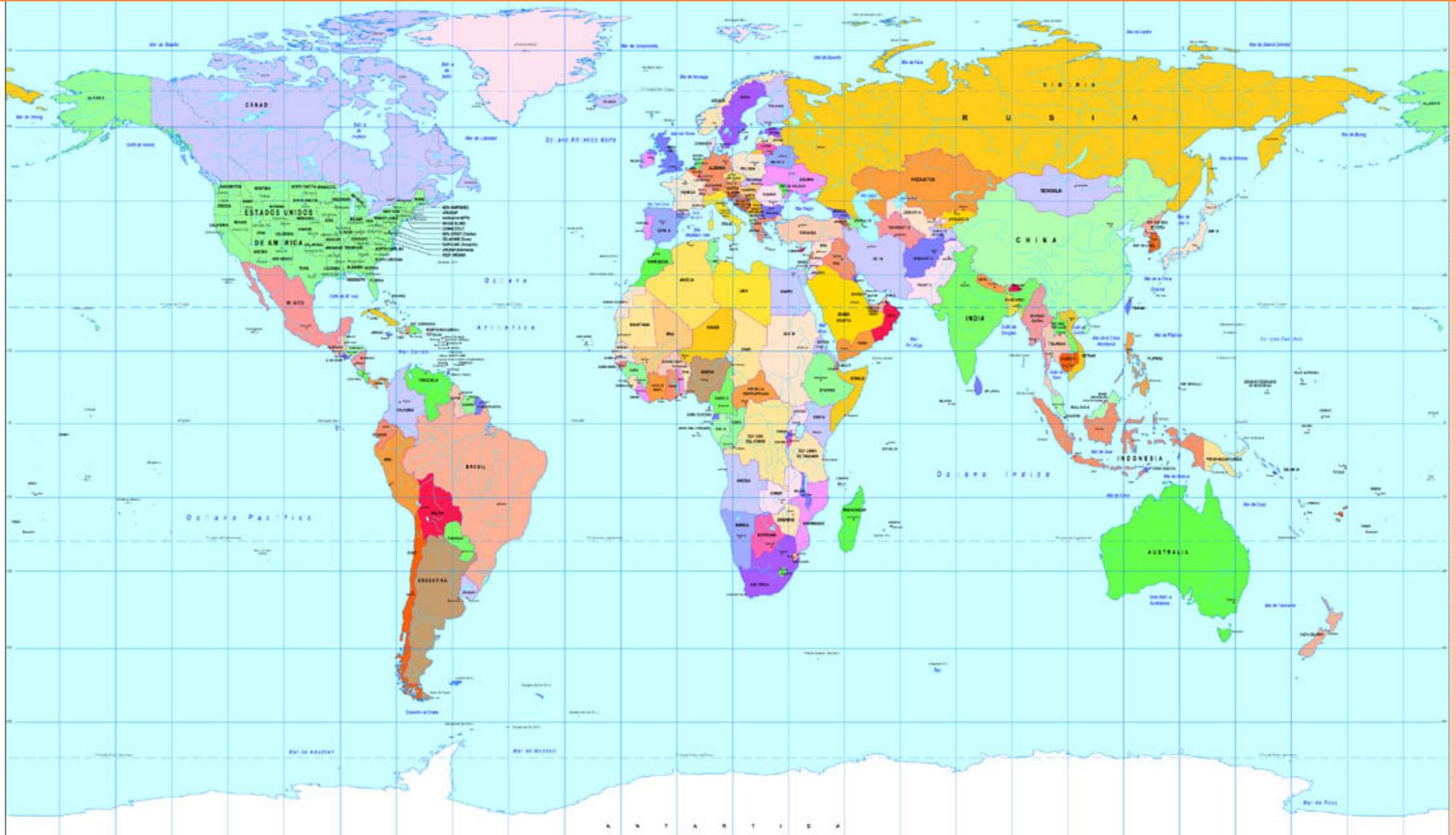


Guías de alimentación para niñas y niños menores de dos años: Un enfoque de crianza perceptiva | Febrero 2017

Consulta a un panel de expertos de EEUU en el contexto del programa “Investigación en Alimentación Saludable (HER): Un programa nacional de la Fundación Robert Wood Johnson”.



Países desarrollados



Países en desarrollo

Países desarrollados

Habitualmente la calidad de los alimentos complementarios es elevada.
Sin embargo, la introducción en la dieta de los lactantes suele ser temprana

Países en desarrollo

Hay una introducción temprana de papillas preparadas en base a cereales o tubérculos

- *baja densidad energética
- *pobres en micronutrientes esenciales
- *excesiva cantidad de fibra
- *inhibidores de la absorción de minerales

Países en desarrollo: AMÉRICA

En ARGENTINA los alimentos complementarios iniciales más frecuentes son yogur y papillas de vegetales (ENNyS)

El 50% de los lactantes incorpora alimentos al 5° mes

Al 6° mes se introducen papillas de frutas, pan y galletitas, carne, jugos y menos frecuentemente papillas comerciales



ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

OPORTUNA (ACO)

→ Al 6º mes de vida

TEMPRANA (ACT)

→ Antes del 6º mes de vida

**MUY TEMPRANA
(ACMT)**

→ Antes del 4º mes de vida

Los alimentos complementarios deben aportar la diferencia entre los requerimientos totales de energía y nutrientes del niño y la cantidad de energía y nutrientes aportados por la leche humana, según la edad del lactante y el nivel de lactancia materna, entre otros.

ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

Energía (Kcal/día) proveniente de alimentos complementarios, para ingesta media de leche materna

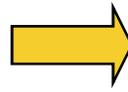


Edad	Kcal/día
6-8 meses	202
9-11 meses	307
12-23 meses	548





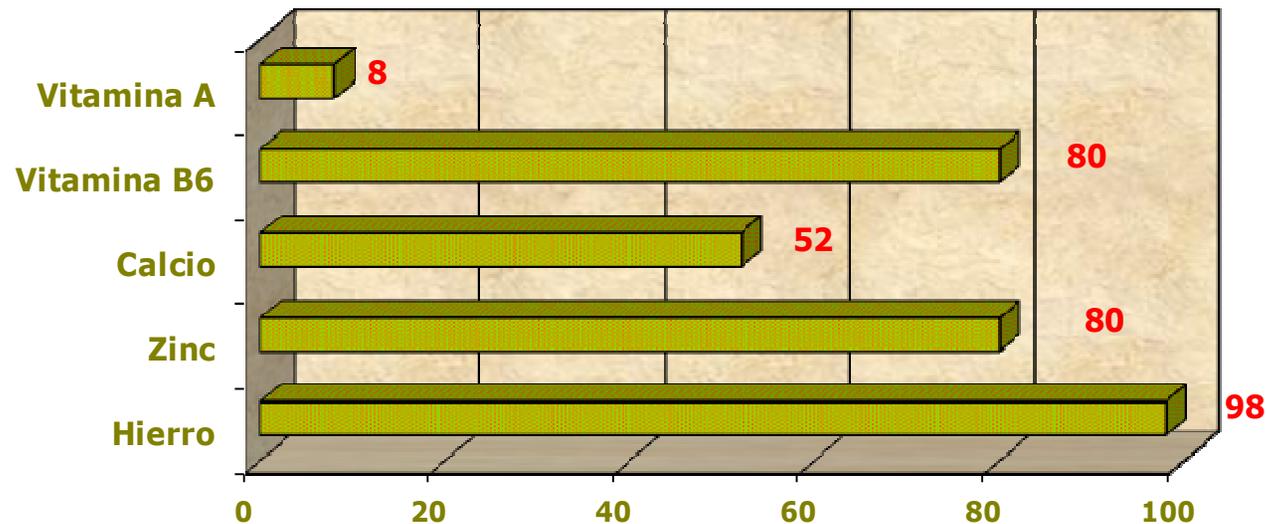
Nutrientes "críticos"



Vitaminas → A y B₆

Minerales → calcio, hierro y zinc

Porcentaje del nutriente que deben aportar los alimentos complementarios



Proteínas de alta calidad



Digestibilidad

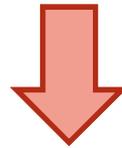
Composición en aminoácidos esenciales



Viscosidad



ESTUDIO DE LAS CARACTERÍSTICAS DE LA ALIMENTACIÓN INFANTIL EN EL PRIMER AÑO DE VIDA EN DISTINTOS CONTEXTOS SOCIOCULTURALES



CARACTERÍSTICAS DE LA ALIMENTACIÓN DE LOS LACTANTES AL 6º MES Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS FRECUENTES



POBLACIÓN DE ESTUDIO

Grupo de madres lactantes asistidas en los consultorios externos del Sanatorio Mater Dei de la Ciudad de Buenos Aires (n=95)

Grupo de madres lactantes de población nativa atendidas en el Hospital de Maimará o puestos de altura, en la Quebrada de Humahuaca, Jujuy (n=44)

✓ Estudio transversal.

✓ Selección de participantes por muestreo sucesivo.

✓ Criterios de inclusión:

- a) mujeres en período de lactancia con bebés de 6 meses de edad y aparentemente sanas;
- b) partos a término (tanto primíparas como multíparas);
- c) mujeres mayores de 18 años.

✓ Consentimiento informado.

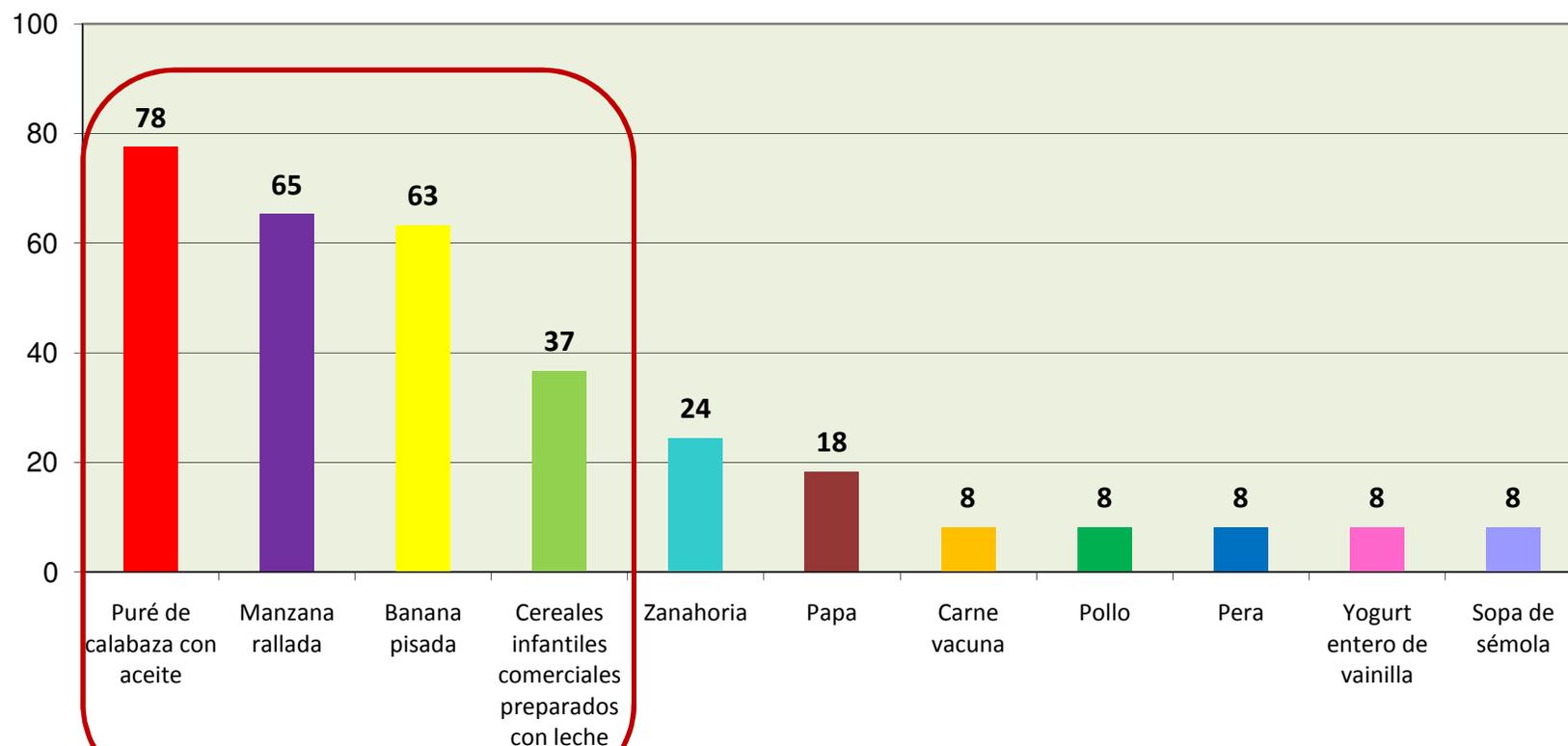
	BUENOS AIRES (n=95)	JUJUY (n=44)
Lactancia materna exclusiva	18,4%	8,9%
Lactancia materna + fórmula infantil	17,1%	15,5%
Lactancia materna + alimentos complementarios	46,1%	48,9%
Lactancia materna + fórmula infantil + alimentos complementarios	18,4% 64,5%	26,7% 75,6%

➡ 35,6% de los lactantes de Jujuy y 19,7% de Buenos Aires, iniciaron su alimentación complementaria al 5° mes. En Jujuy, un 10% los incorporó antes.

➡ En los lactantes de Jujuy se registró el consumo de mate cocido o té.

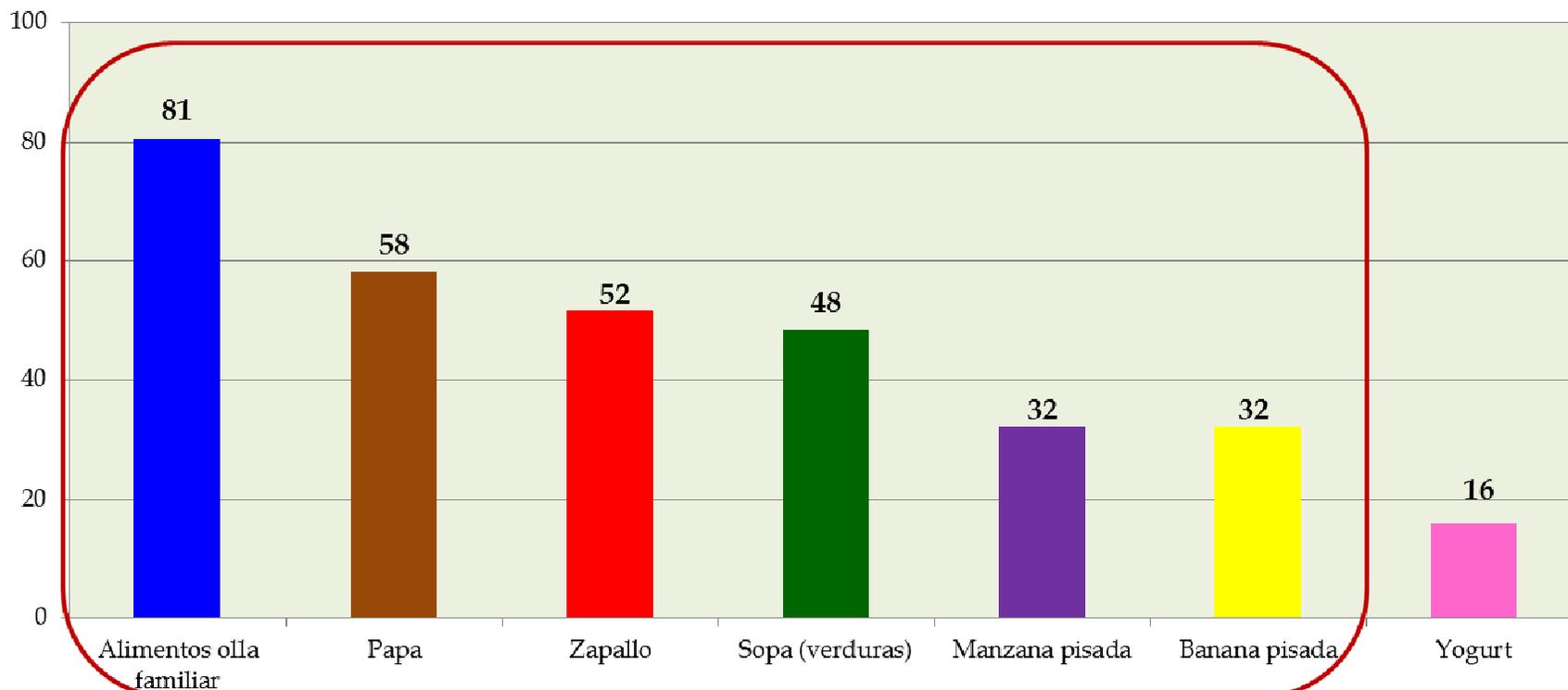
➡ Ambos grupos de lactantes refirieron realizar sólo una comida con papillas saladas y/o dulces.

Frecuencia de consumo de papillas en lactantes de Buenos Aires



Las papillas consumidas con mayor frecuencia en orden decreciente, fueron: puré de calabaza con aceite, manzana rallada, banana pisada y cereales infantiles comerciales preparados con leche (Nestum maíz y Nestum arroz).

Frecuencia de consumo de papillas en lactantes de Jujuy

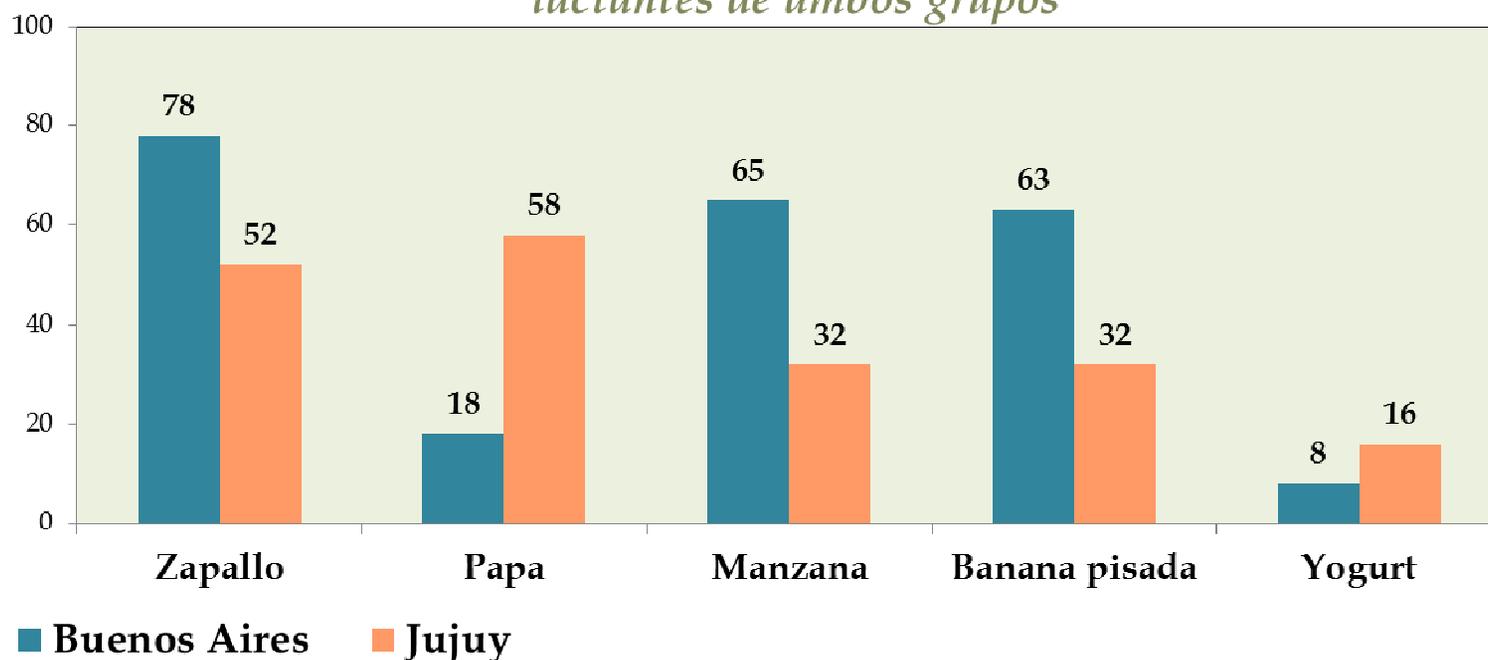


Los alimentos de la olla familiar incluían, entre otros:

- ✓ sopa con *frangollo* (maíz blanco molido en mortero y pelado)
- ✓ guiso con *mote* y *panza* (mote: granos de maíz cocidos y remojados en una solución alcalina de cal o cenizas; panza: mondongo)
- ✓ guiso de fideos.

Además, con menor frecuencia consumían puré de papa y zapallo con caldo, sopa, manzana y banana pisadas.

Frecuencia de consumo de alimentos similares consumidos por los lactantes de ambos grupos



El zapallo se consume como puré en ambas poblaciones pero preparado de diferente forma.

La frecuencia de consumo de las papillas a base de frutas es aproximadamente el doble en Buenos Aires respecto de Jujuy; mientras que con el yogurt ocurre lo contrario.

Composición porcentual de nutrientes, aporte calórico y contenido teórico de vitamina A de los alimentos complementarios consumidos con mayor frecuencia por los lactantes de Buenos Aires

Alimento	Proteínas (g%)	Grasa (g%)	Carbohidratos (g%)	Fibra dietaria (g%)	Minerales totales (g%)	Agua (g%)	Energía (kcal%)	Vitamina A (µg EAR/100 g)
Puré de calabaza con aceite	0,50	4,01	1,4	3,08	0,34	91	44	209
Manzana rallada	0,22	0,42	12,0	1,71	0,35	85	53	----
Banana pisada	1,06	0,64	20,3	2,24	0,82	75	91	----
Nestum maíz preparado con leche	4,02	3,13	14,1	0,95	0,91	77	101	142
Nestum arroz preparado con leche	3,65	3,12	15,2	0,98	0,94	76	103	142



Composición porcentual de nutrientes, aporte calórico y contenido teórico de vitamina A de los alimentos complementarios consumidos con mayor frecuencia por los lactantes de Jujuy

Alimento	Proteínas (g%)	Grasa (g%)	Carbohidratos (g%)	Fibra dietaria (g%)	Minerales totales (g%)	Agua (g%)	Energía (kcal%)	Vitamina A (µg EAR/100 g)
Guiso de fideos	4,83	2,67	14,9	2,40	0,65	74	103	127
Guiso con mote y panza	4,90	6,26	8,2	8,00	0,72	72	108	131
Sopa con frangollo	3,15	2,35	5,6	1,28	1,08	86	56	37
Puré de papa y zapallo	1,33	0,59	7,7	1,76	0,92	88	42	108

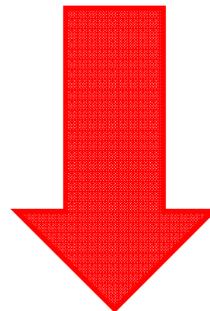


EVALUACIÓN DE LA ADECUACIÓN NUTRICIONAL

DENSIDAD ENERGÉTICA

Calorías que deben ser aportadas por los alimentos complementarios por día (considerando nivel medio de lactancia materna y lactantes de países en desarrollo), capacidad gástrica estimada y número de comidas diarias recomendadas

Edad	Kcal/día	Capacidad gástrica (g/comida)	Número de comidas diarias
6-8 meses	202	249	2



0,8 kcal/g de alimento



Densidad calórica (kcal/g) de las papillas consumidas con mayor frecuencia por los lactantes de Buenos Aires y Jujuy y cantidad de alimento que aporta 202 kcal

Alimento	Energía (kcal/g)	g de alimento que aportan 202 kcal
Puré de calabaza con aceite	0,44	459
Manzana rallada	0,53	381
Banana pisada	0,91	222
Nestum maíz preparado con leche	1,01	200
Nestum arroz preparado con leche	1,03	196
Guiso de fideos	1,03	196
Guiso con mote y panza	1,08	187
Sopa con frangollo	0,56	361
Puré de papa y zapallo	0,42	481



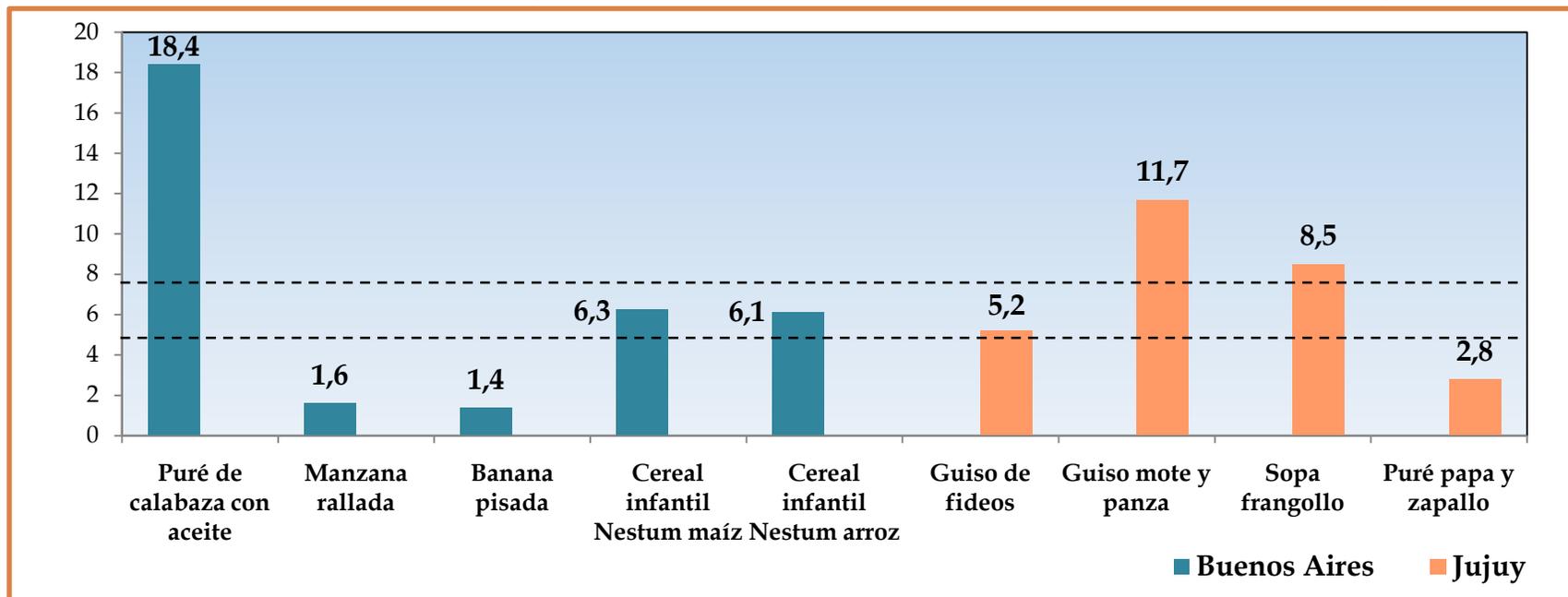
EVALUACIÓN DE LA ADECUACIÓN NUTRICIONAL

LÍPIDOS

En menores de 2 años **30 a 45%** de calorías totales deben provenir de grasas



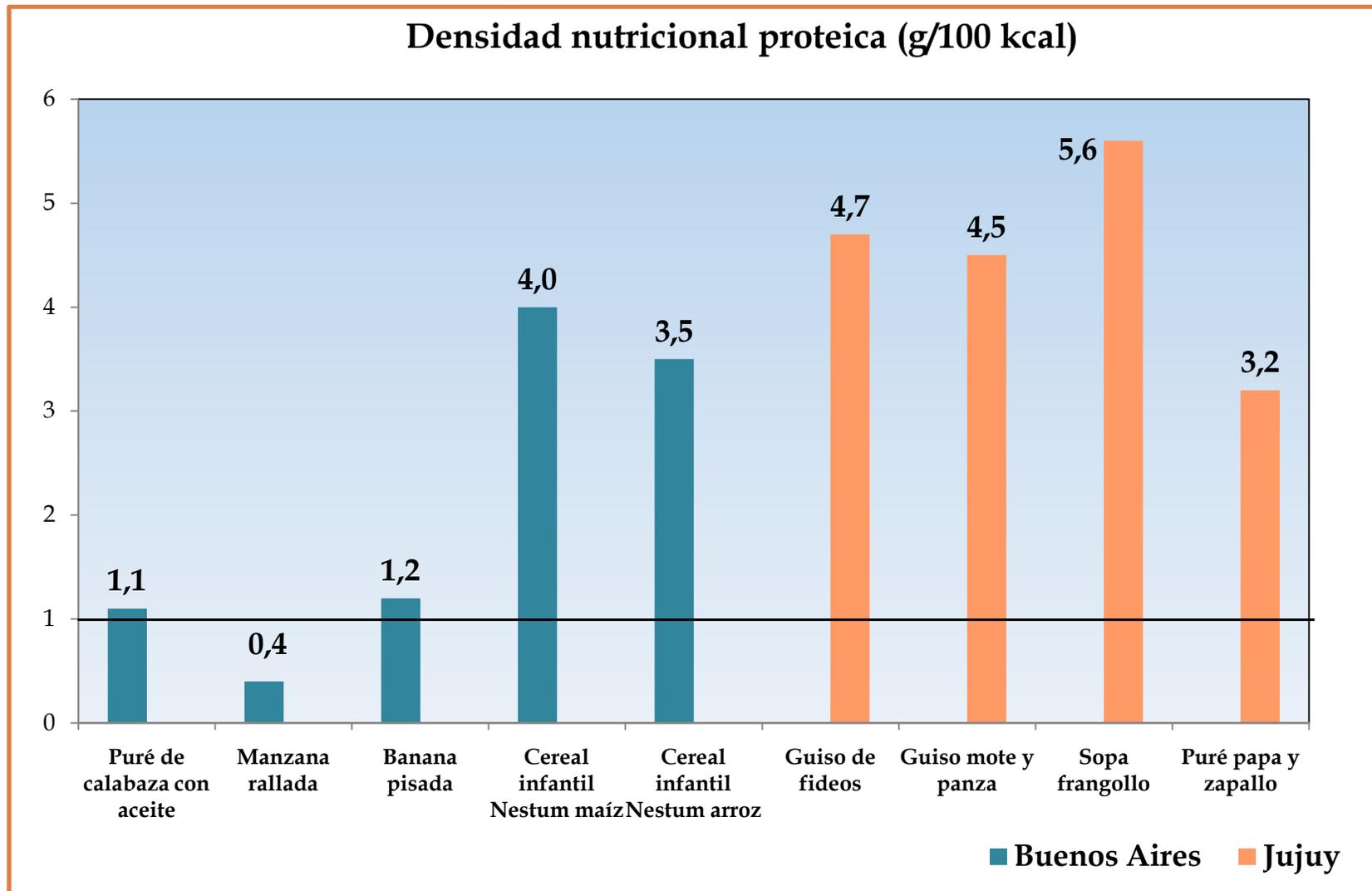
Contenido lipídico (g) en la porción que aporta 202 kcal, de los alimentos complementarios consumidos con mayor frecuencia por los lactantes de Buenos Aires y Jujuy



EVALUACIÓN DE LA ADECUACIÓN NUTRICIONAL

PROTEÍNAS

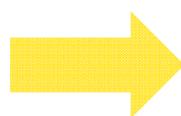
Densidad nutricional proteica (g/100 kcal) de las papillas consumidas con mayor frecuencia por los lactantes de Buenos Aires y Jujuy



EVALUACIÓN DE LA ADECUACIÓN NUTRICIONAL

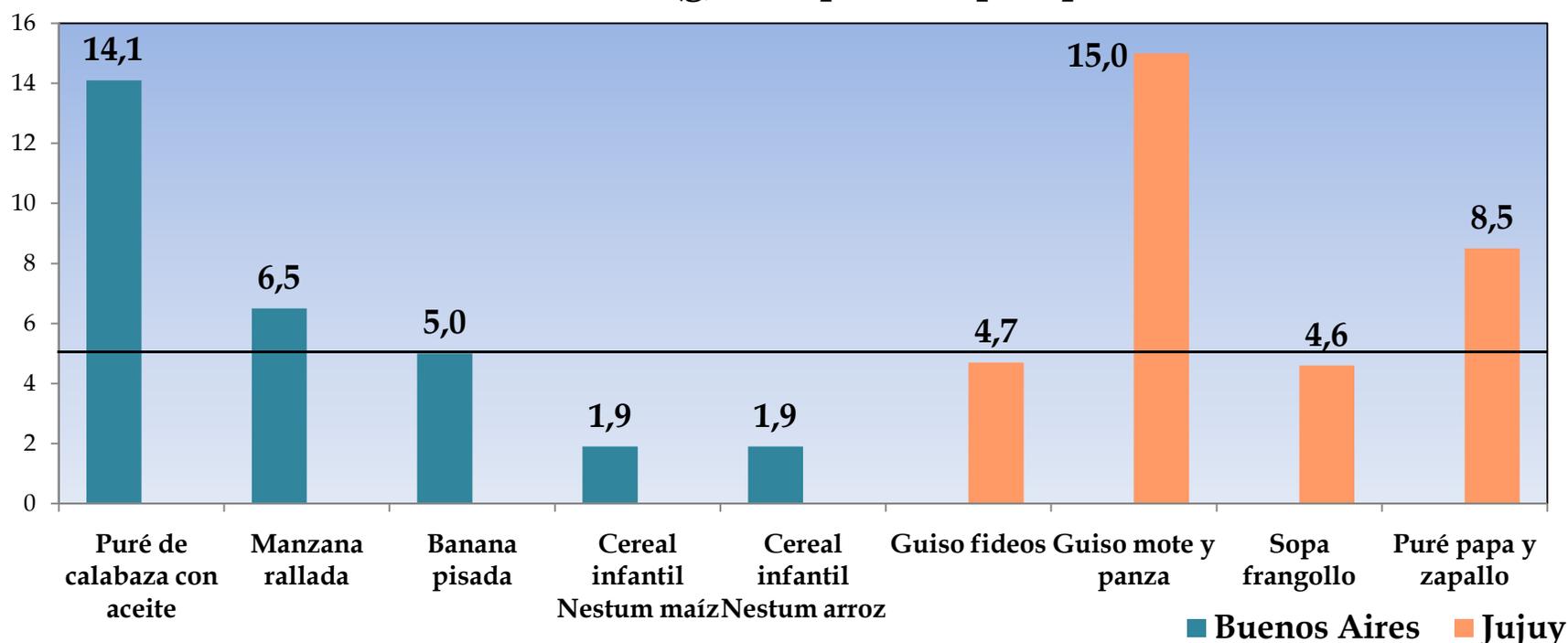
FIBRA DIETARIA

Aporte de fibra dietaria de alimentos complementarios



➤ No superar 1 g/100 g alimento
➤ No superar 5 g/día

Contenido de fibra dietaria (g) en la porción que aporta 202 kcal

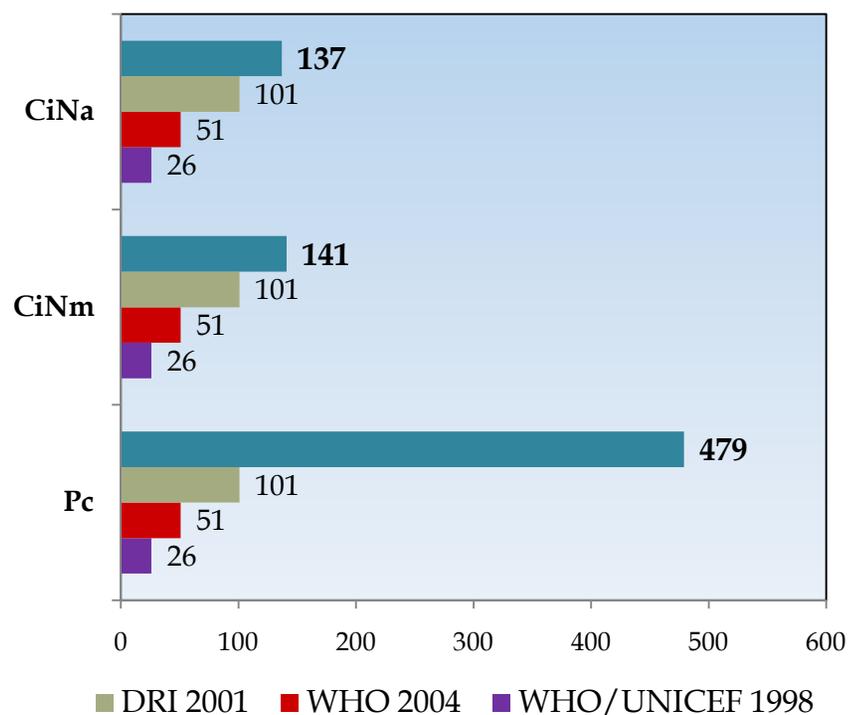


➤ Sólo los cereales comerciales tuvieron un contenido de fibra inferior a 1,0 g/100 g (0,95 y 0,98 g/100 g).

EVALUACIÓN DE LA ADECUACIÓN NUTRICIONAL

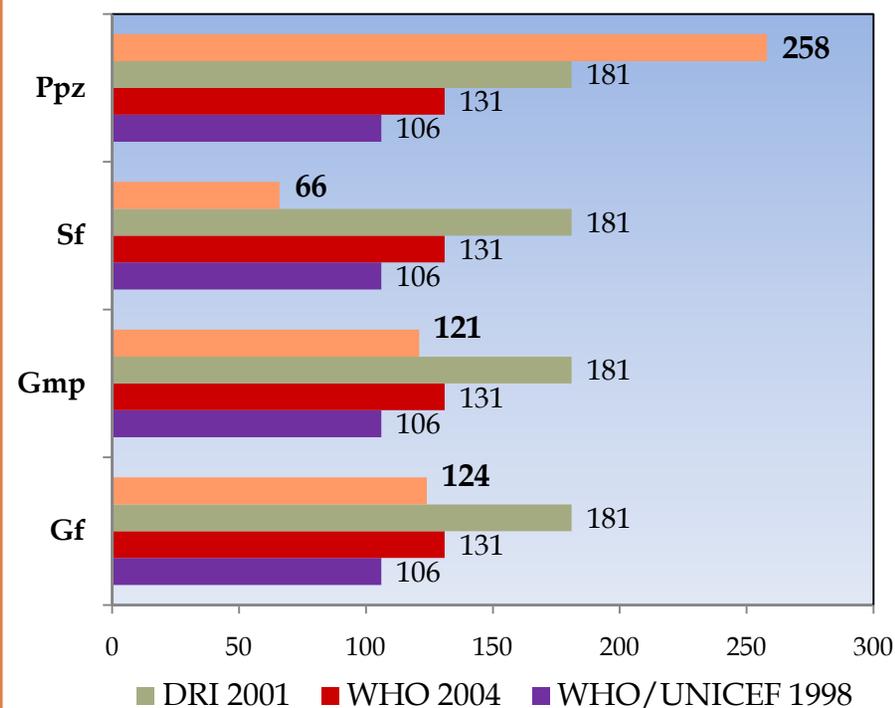
VITAMINA A

Densidad nutricional estimada de vitamina A (μg EAR/100 kcal) de los alimentos complementarios frecuentes y densidad nutricional mínima que deberían aportar, según los niveles de retinol lácteo y la recomendación de referencia



Buenos Aires

CiNa: cereal infantil comercial Nestum arroz
 CiNm: cereal infantil comercial Nestum maíz
 Pc: puré de calabaza con aceite



Jujuy

Ppz: puré de papa y zapallo con caldo
 Sf: sopa con frangollo
 Gmp: guiso con mote y panza
 Gf: guiso de fideos



Las cifras de LME al 6° mes y la prevalencia de alimentación complementaria temprana descritas en este estudio son similares a resultados nacionales, regionales y mundiales.



Las diferencias cualitativas halladas en los hábitos alimentarios de ambas poblaciones muestran cómo los factores socio-económicos, regionales y culturales influyen en el patrón alimentario de los grupos humanos.



En el grupo de Jujuy se observó que los alimentos ofrecidos a los niños con mayor frecuencia son los llamados alimentos de la olla familiar (sopas y guisos), mientras que en Buenos Aires se ofrecen, entre otros, alimentos comerciales.





Es necesario seguir trabajando en la implementación de políticas que incentiven la lactancia materna exclusiva desde la primera hora de vida hasta los 6 meses y su continuación hasta los dos años y que promuevan la incorporación oportuna de los alimentos complementarios.



Resulta importante realizar una combinación adecuada de los alimentos complementarios que asegure una ingesta energética y un aporte de nutrientes críticos acordes con las recomendaciones.





Sería necesario aconsejar a las madres en período de lactancia que incorporen en su dieta alimentos aportadores de vitamina A y recomendar que se ofrezcan a los lactantes alimentos complementarios que aporten cantidades suficientes de esta vitamina.



Otros aspectos a tener en cuenta en la dieta global del lactante son la presencia de proteínas de alta calidad y de fibra dietaria en cantidades adecuadas pero no excesivas, así como la viscosidad de los alimentos que se ofrecen.





MUCHAS GRACIAS