



## Boletín Médico del Hospital Infantil de México

[www.elsevier.es/bmhim](http://www.elsevier.es/bmhim)



### TEMA PEDIÁTRICO

## Consenso para las prácticas de alimentación complementaria en lactantes sanos

Enrique Romero-Velarde<sup>a,\*</sup>, Salvador Villalpando-Carrión<sup>b</sup>, Ana Berta Pérez-Lizaur<sup>c</sup>,  
Ma. de la Luz Iracheta-Gerez<sup>d</sup>, Carlos Gilberto Alonso-Rivera<sup>e</sup>,  
Gloria Elena López-Navarrete<sup>f</sup>, Andrea García-Contreras<sup>a</sup>, Erika Ochoa-Ortiz<sup>g</sup>,  
Flora Zarate-Mondragón<sup>h</sup>, Gerardo Tiburcio López-Pérez<sup>i</sup>, Clío Chávez-Palencia<sup>j</sup>,  
Manuel Guajardo-Jáquez<sup>i</sup>, Salvador Vázquez-Ortiz<sup>k</sup>, Beatriz Adriana Pinzón-Navarro<sup>h</sup>,  
Karely Noemy Torres-Duarte<sup>l</sup>, José Domingo Vidal-Guzmán<sup>m</sup>,  
Pedro Luis Michel-Gómez<sup>k</sup>, Iris Nallely López-Contreras<sup>b</sup>,  
Liliana Verenice Arroyo-Cruz<sup>n</sup>, Pamela Almada-Velasco<sup>b</sup>,  
Patricia Saltigeral-Simental<sup>h</sup>, Alejandro Ríos-Aguirre<sup>k</sup>, Lorena Domínguez-Pineda<sup>o</sup>,  
Perla Rodríguez-González<sup>p</sup>, Úrsula Crabtree-Ramírez<sup>q</sup>, Vanessa Hernández-Rosiles<sup>b</sup>  
y José Luis Pinacho-Velázquez<sup>r</sup>

<sup>a</sup> Instituto de Nutrición Humana, Universidad de Guadalajara, Hospital Civil de Guadalajara "Dr. Juan I. Menchaca", Guadalajara, Jalisco, México

<sup>b</sup> Hospital Infantil de México Federico Gómez, Ciudad de México, México

<sup>c</sup> Universidad Iberoamericana, Ciudad de México, México

<sup>d</sup> Asociación Mexicana de Pediatría A. C.

<sup>e</sup> Confederación Nacional de Pediatría de México y Facultad de Medicina de la Universidad de San Luis Potosí, San Luis Potosí, México

<sup>f</sup> Academia Mexicana de Pediatría e Instituto Nacional de Pediatría, Ciudad de México, México

<sup>g</sup> Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey, Ciudad de México, México

<sup>h</sup> Instituto Nacional de Pediatría, Ciudad de México, México

<sup>i</sup> Pediatría Privada, Ciudad de México, México

<sup>j</sup> Centro Universitario Tonalá, Universidad de Guadalajara, Guadalajara, Jalisco, México

<sup>k</sup> Pediatría Privada, Guadalajara, Jalisco, México

<sup>l</sup> Hospital de la Amistad, Mérida, Yucatán, México

<sup>m</sup> Instituto Mexicano del Seguro Social, Ciudad de México, México

<sup>n</sup> Hospital Infantil de Morelia Eva Sámano de López Mateos, Morelia, Michoacán, México

<sup>o</sup> Universidad del Valle de México, Ciudad de México, México

<sup>p</sup> Hospital de Pediatría, Centro Médico Nacional Siglo XXI, Instituto Mexicano del Seguro Social, Ciudad de México, México

<sup>q</sup> Escuela de Dietética y Nutrición, Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, Ciudad de México, México

<sup>r</sup> Centro Médico Nacional "La Raza", Instituto Mexicano del Seguro Social, Ciudad de México, México

Recibido el 16 de mayo de 2016; aceptado el 7 de junio de 2016

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [enrique.romerovelarde@gmail.com](mailto:enrique.romerovelarde@gmail.com) (E. Romero-Velarde).

<http://dx.doi.org/10.1016/j.bmhimx.2016.06.007>

1665-1146/© 2016 Hospital Infantil de México Federico Gómez. Publicado por Masson Doyma México S.A. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Cómo citar este artículo: Romero-Velarde E, et al. Consenso para las prácticas de alimentación complementaria en lactantes sanos. Bol Med Hosp Infant Mex. 2016. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bmhimx.2016.06.007>

## PALABRAS CLAVE

Alimentación  
complementaria;  
Lactantes sanos;  
Recomendaciones

## KEYWORDS

Complementary  
feedings;  
Healthy infants;  
Recommendations

**Resumen** La nutrición adecuada durante los primeros dos años de vida es fundamental para el desarrollo pleno del potencial de cada ser humano; actualmente se reconoce que este periodo es una *ventana crítica* para la promoción de un crecimiento y desarrollo óptimos y un buen estado de salud. Por tanto, cumplir con una alimentación adecuada en esta etapa de la vida tiene impacto sobre la salud, estado de nutrición, crecimiento y desarrollo de los niños; no sólo en el corto plazo, sino en el mediano y largo plazo. El presente trabajo ofrece recomendaciones de alimentación complementaria (AC) que se presentan en forma de preguntas o enunciados que consideran temas importantes para quienes atienden niños durante esta etapa de la vida; por ejemplo: inicio de la alimentación complementaria a los 4 o 6 meses de edad; exposición a alimentos potencialmente alergénicos; introducción de bebidas azucaradas; uso de edulcorantes artificiales y productos *light*; secuencia de introducción de alimentos; modificaciones de consistencia de alimentos de acuerdo a la maduración neurológica; número de días para probar aceptación y tolerancia a los alimentos nuevos; cantidades por cada tiempo de comida; prácticas inadecuadas de alimentación complementaria; mitos y realidades de la alimentación complementaria; hitos del desarrollo; práctica del "Baby Led Weaning" y práctica de vegetarianismo.

© 2016 Hospital Infantil de México Federico Gómez. Publicado por Masson Doyma México S.A. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

## Guidelines for complementary feeding in healthy infants

**Abstract** A proper nutrition during the first two years of life is critical to reach the full potential of every human being; now this period is recognized as a *critical window* for promoting optimal growth, development, and good health. Therefore, adequate feeding at this stage of life has an impact on health, nutritional status, growth and development of children; not only in the short term, but in the medium and long term. This paper provides recommendations on complementary feeding (CF) presented as questions or statements that are important for those who take care for children during this stage of life. For example: When to start complementary feedings: 4 or 6 months of age?; Exposure to potentially allergenic foods; Introduction of sweetened beverages; Use of artificial sweeteners and light products; Food introduction sequence; Food consistency changes according to neurological maturation; Number of days to test acceptance and tolerance to new foods; Amounts for each meal; Inadequate complementary feeding practices; Myths and realities of complementary feeding; Developmental milestones; Practice of "Baby Led Weaning" and practice of vegetarianism.

© 2016 Hospital Infantil de México Federico Gómez. Published by Masson Doyma México S.A. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

## 1. Introducción

La nutrición adecuada durante los primeros dos años de vida es fundamental para el desarrollo pleno del potencial de cada ser humano. Esta etapa se caracteriza por su rápida velocidad de crecimiento, que impone mayores requerimientos de energía y nutrientes y colocan en riesgo nutricio a los lactantes que se ven expuestos a malas prácticas de alimentación. Actualmente se reconoce que el periodo que comprende del nacimiento a los dos años de edad es una *ventana crítica* para la promoción de un crecimiento y desarrollo óptimos, y un buen estado de salud<sup>1</sup>. Estudios longitudinales han mostrado en forma consistente que esta es la etapa de mayor riesgo para presentar desaceleración del crecimiento y desarrollo, deficiencias de micronutrientes y enfermedades comunes como la diarrea. A largo plazo, las deficiencias nutricionales tempranas se relacionan a menor capacidad de trabajo y rendimiento

intelectual, salud reproductiva y estado de salud en general durante la adolescencia y etapa de adulto. Las prácticas inadecuadas de lactancia y alimentación complementaria, en conjunto con la elevada prevalencia de enfermedades infecciosas, constituyen la primera causa de desnutrición en los primeros años de la vida. Además, ahora se conoce que el déficit o exceso en el consumo de energía y algunos nutrientes pueden participar en la programación metabólica temprana, con consecuencias a largo plazo, incluso sobre la aparición de enfermedades crónicas del adulto<sup>2</sup>.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF por sus siglas en inglés) ha destacado el rol fundamental de la lactancia materna y alimentación complementaria como la intervención preventiva de mayor impacto en la sobrevivencia del niño, su crecimiento y desarrollo<sup>3</sup>. La alimentación complementaria (AC) se define como el proceso que inicia cuando la lactancia materna no es suficiente para cubrir los requerimientos nutrimentales de los lactantes y por tanto,

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/5576982>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/5576982>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)