FORO DE EXPERTOS

Recomendaciones Nutriológicas durante el

FOROS DE EXPERTOS

CAPILLA ALFONSINA

FORO DE EXPERTOS

Recomendaciones Nutriológicas durante el Primer Año de Vida

II CONGRESO INTERNACIONAL DE NUTRIOLOGIA

CAPILLA ALFONSINA

RECOMENDACIONES DE NUTRIMIENTOS Y PATRONES DE ALIMENTACIÓN EN EL PRIMER AÑO DE LA VIDA. CRITERIOS Y EXPERIENCIAS EN MÉXICO.

Dr. Leopoldo Vega Franco
Departamento de Salud Pública
UNAM

A excepción de algunos estudios colaborativos desarrollados con el propósito de conocer el consumo de energía y proteínas en lactantes amamantados al pecho (Butte et al 1993), en México no se han hecho recomendaciones emitidas por grupos de expertos de agencias internacionales de tomar como paradigma la cantidad y calidad de los nutrimentos de la leche humana y su efecto sobre el crecimiento de los niños.

Conforme a este criterio, se acepta que en los primeros 4 a 6 meses del posparto la leche humana promueve satisfactoriamente el crecimiento corporal, y el desarrollo pleno de las habilidades psicomotrices de los niños que son alimentados al pecho en esta etapa de la vida, las recomendaciones tienen como punto de referencia las concentraciones de nutrimentos energético, plásticos y reguladores, contenidos en un volumen de 750 ml. de leche.

A pesar de que en este concepto sirve de fundamento a la mayoría de los estudios, hay discrepancias en las estimaciones acerca del consumo de nutrimentos entre unos y otros grupos de investigadores. Así, por ejemplo, las recomendaciones de energía para los niños norteamericanos (RDA 1989) parten de considerar que en el primer semestre de la vida los lactantes ingieren, como término medio, un volumen de 750 ml/día y en los siguientes 6 meses 600 ml/día; en base a esta presunción se han sugerido 108 kcal/kg/día en los primeros 6 meses y 98 kcal/kg/día en el segundo semestre. Otros autores (Whitehead y Paul 1981), han hecho uso un método factorial para analizar los datos de un estudio prospectivo y de esta manera han estimado que el promedio en el consumo de energía varía entre 104 kcal/día a los 2 meses y 87 kcal/día a los 6 meses. Con el mismo propósito (Prentice et al 1988) se ha empleado agua doblemente marcada, y se ha estimado que las RDA exceden hasta en 15% la energía que precisan los niños para crecer normalmente durante el primer año de la vida.

En lo que atañe a las proteínas, las observaciones hechas en lactantes amamantados al pecho han permitido estimar, como término medio, que el volumen diario de leche que ingieren disminuye de 180 ml en el primer mes a 130 ml en el tercero y a 115 ml en el quinto (Raiha, 1985). Asumiendo el consumo de estos volúmenes y tomando en cuenta las observaciones de que sólo 9 g/dl de las proteínas de la leche humana están disponibles para cubrir las necesidades nutrimentales (Lonnerdal et al 1976), se ha calculado que en el primer mes de vida los niños consumen 1.62 g/kg, y a los 5 meses 1.03 g/dl, si son alimentados al pecho; las recomendaciones (RDA) son de 2.2 g/kg en el primer semestre y 1.6 g/kg/día en el segundo. Otros autores (Butte et al 1984) estiman que en el primer trimestre los niños necesitan para crecer satisfactoriamente, 1.68 g/kg. Por su parte, un grupo de expertos (OMS/FAO/UNU 1985) ha calculado con un procedimiento factorial, que entre los 3 y 6 meses de la vida las recomendaciones son del orden de 1.73 g/kg/día; este Grupo consideró como proteínas de referencia las del huevo o las de la leche de vaca.