

Publicidad



-10% + hasta -50%
+ PRECIO protegido
 consultar condiciones



/ La Vida

Martes, 19 de enero de 2010. Actualizado a las 10:09h | Madrid: 10°/5° ☁

 ADN.es



[Portada](#)
[Local](#)
[Actualidad](#)
[La Vida](#)
[Deportes](#)
[Cultura & Ocio](#)
[Televisión & Radio](#)
[Opinión](#)
[Fotos](#)
[Vídeos](#)

adn » lavida

El 94% de las madres que dan el pecho a sus hijos no siguen una dieta adecuada, según un estudio

El 94 por ciento de las madres que dan el pecho a sus hijos lactantes no sigue una dieta adecuada, ya que consumen más proteínas de las que deberían, a la par que ingieren menos grasas, hierro, vitaminas A y E y cantidades diarias recomendadas (CDR).

Europa Press GRANADA | hace 1 minuto | [Comenta](#) | [Votar](#) + 0 - 0 | [Imprimir](#)

Así se desprende de una investigación realizada en la Universidad de Granada (UGR), cuyos resultados servirán para realizar intervenciones con el objetivo de mejorar la composición de la dieta de las madres lactantes e implementar así el aporte de nutrientes al recién nacido y lactante.

Este trabajo ha sido elaborado por Jose Luis Gómez Llorente, del Departamento de Pediatría de la UGR, y dirigido por Cristina Campoy Folgoso. Para realizar esta investigación, su autor recogió un total de 100 muestras de leche procedentes de 34 madres lactantes de las provincias de Granada y Almería.

A todas ellas, les pasó un cuestionario para conocer la ingesta dietética realizada los 3 días anteriores a la toma de la muestra de leche. Su objetivo fue compararlas con las recomendaciones diarias admisibles (RDA), con el fin de detectar desviaciones con respecto a ellas que les permitan llevar a cabo intervenciones nutricionales.

De la investigación realizada cabe destacar varios de los porcentajes obtenidos. En primer lugar, que el 94 por ciento de las madres mantienen una dieta hipocalórica, fundamentalmente debida a la baja ingesta de grasa. Por contra, mantienen una dieta hiperproteica, ya que el 94 por ciento de estas madres siguen una dieta con contenido proteico superior a las RDAs.

Destaca, igualmente, el déficit en vitaminas A y E de la dieta de las madres del estudio, de modo que no cumplen las RDAs un 88 por ciento de ellas para la vitamina A, y hasta un 99 por ciento de ellas para la vitamina E.

El consumo medio de hierro fue de 13,8 mg/día, lo que supone que el 94 por ciento de las madres lactantes del estudio están por debajo de las RDAs, por tanto siguen una dieta deficitaria en este importante micronutriente, esencial para el correcto neurodesarrollo de su hijo.

MADRES ANDALUZAS

El ácido graso poliinsaturado más abundante es el ácido linoleico (precursor de la serie omega 3) que supone del 17 por ciento al 18 por ciento del total de ácidos grasos de la leche humana analizada en nuestro medio.

Estos porcentajes hallados en las madres andaluzas son muy superiores a los descritos en países europeos y también superiores a los descritos en estudios realizados en España.

"Esto podría explicarse por el alto consumo en nuestro medio de ácidos grasos poliinsaturados presentes en aceites vegetales y por el alto consumo de pescado con respecto a otros países europeos", reseñó al respecto Gómez Llorente.

En cuanto a las concentraciones de ácidos grasos de leche de las mujeres estudiadas, el científico de la UGR destaca que el ácido graso más abundante es el ácido oleico (componente del aceite de oliva), que supone el 33 al 40% del total de los ácidos grasos de la leche humana analizada, siendo comparables estos resultados a los encontrados en otros países de la cuenca mediterránea.

Este investigador apuntó que la leche humana "es el método ideal" para la alimentación de los recién nacidos sanos. Dentro de los nutrientes que aporta, agregó, "los lípidos juegan un papel fundamental, y dentro de éstos se encuentran los ácidos grasos poliinsaturados de las series omega 3 y 6 (ácido linoléico y ácido linoleico) y sus derivados de cadena larga (ácido araquidónico (AA) y ácido docosahexaenoico (DHA))".

Estos últimos se han relacionado con el desarrollo de diferentes funciones en el recién nacido, "tales como el desarrollo cognitivo (el aprendizaje) y el desarrollo de la capacidad visual".

Enfatizó que también se han relacionado con el desarrollo o protección frente a las enfermedades

La Vida: Noticias destacadas

Sorteo y Escrutinio

Tres muertos en un accidente múltiple registrado en Moaña (Pontevedra)

Recupera a su hija tras la muerte de la madre y pese a 8.091 firmas en contra

[Ir a la portada de La Vida](#)

Publicidad

¿SALDREMOS DE LA CRISIS CON ZAPATERO?

No **29.7%**
 Sí **70.3%**

Vota en **28 segundos** para ganar **1.000 €EUROS** y un **MINI**

Última hora

Actualizado 10:12 h.

- 10:04** La aerolínea japonesa JAL se declara en quiebra
- 06:50** Las FARC quieren recuperar "corredores estratégicos"
- 04:45** Fernando Verdasco pasa a segunda ronda
- 01:35** Obama, entre los presidentes de EE UU peor valorados tras su primer año de mandato
- 00:00** El subconsciente de Poe

[Ver más noticias de Última hora](#)



Internet todo en 1
 ADSL 20 Mb + Llamadas + Tv
 + Videoclub + cuota de línea
 incluida, sólo 34,95 euros/mes.

17,48 €

Busca productos, compara precios y ahorra !

[Ver más ofertas aquí](#)

Publicidad

BOTE EuroMillones

Consulta todos los sorteos y loterías en **adn.es**



Compatible con tu pareja?
Las relaciones entre signos en **adn.es**

Consulta también tu horóscopo diario y el horóscopo de los famosos.

Las madres lactantes pueden mejorar notablemente la composición de la leche optimizando su dieta siguiendo las recomendaciones internacionales",

[Comenta](#) | [Imprimir](#) | [Suscribir](#) | [Compartir](#):

La Vida

Accidente múltiple registrado en Moaña (Pontevedra)
Después de la muerte de la madre y pese a 8.091 firmas en contra, la fiscalía exige un "rápido esclarecimiento" del asesinato

Nombre

Mail (no será publicado)

Enviar

Normas de uso (Aviso legal)

Recuerda que son opiniones de los usuarios y no de ADN.es.

ADN.es se reserva el derecho a eliminar aquellos comentarios que por su naturaleza sean considerados contrarios a la legislación vigente, ofensivos, injuriantes o no acordes a la temática tratada.

AUTOCASION
adn.es

¿Buscas coche? Encuéntralo en los anuncios **clasificados motor**.

Consulta todos los premios y loterías en **adn.es**

Todos los resultados y los premios de la Primitiva, Quiniela, Bonoloto, Lotería Nacional, EuroMillones y muchos otros.

Terapia para Diabetes

Tratamiento con Células Madre Provenientes de su propio organismo
www.xcell-center.es/Diabetes

Vigila Tu Colesterol

Calcula tu Índice de Masa Corporal y suscríbete a alertas gratis
www.controlatucolesterol.org

Parches Adelgazantes 10€

Efectividad Probada 100% Natural Pierde 3 Kilos/Semana. ¡Compra Ya!
PhytoLabel.com/Diet_Patches

Anuncios Google

LO+ LEÍDO

LO+ VALORADO

LO+ COMENTADO

1. La noche de los Globos de Oro
2. A trámite el recurso contra ...
3. Desde el espacio, Haití aparece ...
4. La ley del tabaco cerrará 4.000 ...
5. Investigador estudia desde 2008 la ...

[Índice de RSS](#)

[La Vida](#)

Noticias: Portada Política Internacional Economía La Vida Deportes Cultura & Ocio Televisión & Radio Opinión Fotos Vídeos
Barcelona Bilbao Lleida Madrid Málaga Mallorca Sevilla Valencia Zaragoza
Edición impresa

Servicios: Lotería El Tiempo Horóscopo Bolsa Versión PDA Cursos Casa del Libro Viajes Clasificados

adn.es [Contacto](#) | [Aviso legal](#) | [Publicidad](#) | [Mapa Web](#)

ADN.es se publica bajo licencia Creative Commons

Enlaces recomendados:

Planeta Directo Shopo.tv hola.com Oposiciones QuéTiempo

Otras webs de Planeta Ad Network:

noticias ultima hora - adn | cursos de ingles - home english | restaurantes barcelona - lanetro | cursos a distancia - ceac | plantas medicinales - conocio | comprar videojuegos - central del videojuego | viajes - muchoviaje | estrenos madrid - lanetro | coleccionismo - altaya | outlander - deaplaneta | naves starwars - planeta deagostini | comprar videojuegos - central del videojuego | estrenos dvd - dvdgo | hoteles - hotelius