universia
red de universidades, red de oportunidades

NOTICIA AMPLIADA

Logotipo de la Universidad de Granada

Según Jose Luis Gómez Llorente, "las madres lactantes pueden mejorar notablemente la composición de la leche que ofrecen a sus hijos, optimizando su dieta siguiendo las recomendaciones internacionales"

CIENCIAS DE LA SALUD

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

Universidad de Granada

El 94 por ciento de las madres que dan el pecho a sus hijos lactantes no sigue una dieta adecuada, ya que consumen menos grasas, vitaminas A y E e hierro y de las cantidades diarias recomendadas (CDR), y más proteínas de las que deberían. Así se desprende de una investigación realizada en la Universidad de Granada, cuyos resultados servirán para realizar intervenciones para mejorar la composición de la dieta de las madres lactantes e implementar así el aporte de nutrientes al recién nacido y lactante.

19/1/2010

COMPARTIR

Favorito / Compartir
Delicious Facebook
Google Twitter
LinkedIn Digg
Menéame MySpace
Technorati Live
Mister Wong Más... (54)
AddThis

Este trabajo ha sido elaborado por Jose Luis Gómez Llorente, del Departamento de Pediatría de la Universidad de Granada, y dirigido por Cristina Campoy l autor recogió un **total de 100 muestras de leche procedentes de 34 madres lactantes** todas ellas les pasó un **cuestionario para conocer la ingesta dietética realizada l tra de leche**. Su objetivo fue compararlas con las recomendaciones diarias admisibles (RI respecto a ellas que les permitan llevar a cabo intervenciones nutricionales.

De la investigación re los porcentajes obtenidos. Así, **el 94% de las madres mantienen una dieta hipocalórica**, f **de grasa**. Por el contrario, la dieta es **hiperproteica**, ya que el 94% de las mujeres siguen ur s RDAs. Cabe destacar el **déficit en vitaminas A y E** de la dieta de las madres del estudio, d e ellas para la vitamina A, y hasta un 99% de ellas para la vitamina E.

El consumo medio de hierro fue de 13,8 mg/dia, lo que supone que el án 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% al 18% 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 nuestro país. “Esto podría explicarse –apunta Gómez Llorente- 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”.

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.

Jose Luis Gómez Llorente apunta que **la leche humana “es el método ideal para la alimentación de los recién nacidos sanos”**. Dentro de los nutrientes que aporta, “los lípidos juegan un papel fundamental, y dentro de éstos se encuentran los ácidos grasos poliinsaturados de las series omega 3 y 6 (ácido linolénico y ácido linoleico) y sus derivados de cadena larga (ácido araquidonico (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; también se han relacionado con el desarrollo o protección frente a las enfermedades alérgica y la atopia”. “Las madres lactantes pueden mejorar notablemente la composición de la leche que ofrecen a sus hijos, optimizando su dieta siguiendo las recomendaciones internacionales”, destaca el investigador.

Con el mecenazgo de Santander

Ciudad Grupo Santander
Avda. de Cantabria, s/n - 28660
Boadilla del Monte
Madrid, España