CDC CRONICA DE CANTABRIA.com

Usuario: Clave: Entrar Registrarse

Titulares

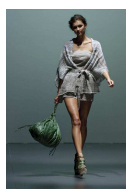
El tabaquismo no previene la obesidad, la aumenta al dejar de fumar
Leer más...

Casi todas las madres que dan el pecho no sigue dieta adecuada
Leer más...

Mayor Oreja :los referendos de Cataluña no dejan "indiferente" a ETA
Leer más...

Consumir plantas medicinales antes de operarse puede ser "peligroso"
Leer más...

Seo organiza un curso de identificación de limícolas y otras aves acuáticas
Leer más...


Adolfo Domínguez pierde 3,56 millones en los nueve primeros meses
Leer más...

El importe medio de los efectos de comercio impagados disminuye un 53,6% en noviembre en Cantabria
Leer más...

La morosidad supera en noviembre el 5% por primera vez desde 1996
Leer más...

La Cámara de Comercio organiza el viernes un taller para emprendedores
Leer más...

Las sociedades mercantiles creadas en noviembre en Cantabria suben un 7,5%
Leer más...

Siguen cerrados Lunada y Estacas de Trueba, y se necesitan cadenas en Piedrasluengas y Palombera
Leer más...

Chávez ordena nacionalizar la cadena franco-colombiana de hipermercados Éxito
Leer más...

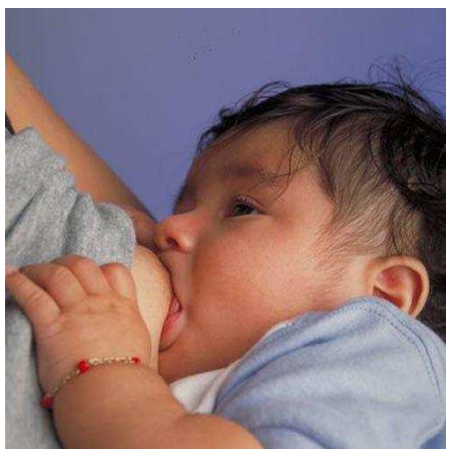
Las células de grasa podrían ayudar en la regeneración muscular tras una lesión
Leer más...

Casi todas las madres que dan el pecho no sigue dieta adecuada

18 del 01 de 2010

MADRID, 18

El 94% 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 con el fin 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 Universidad de Granada, 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 en la UGR cabe destacar varios de los porcentajes obtenidos. Así, el 94% de las madres mantienen una dieta hipocalórica, fundamentalmente debida a la baja ingesta de grasa. Por el contrario, la dieta es hiperproteica, ya que el 94% de las mujeres siguen una dieta con contenido proteico superior a las RDAs. Cabe destacar el déficit en vitaminas A y E de la dieta de las madres del estudio, de modo que no cumplen las RDAs un 88% de 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 94% 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% 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.

E.P.

Este artículo ha sido votado **0** veces
Puntuación de los lectores: **0.0** de 10
10 Votar...

...no hay comentarios
Regístrate para poner tu comentario

Noticias relacionadas

La dieta mediterránea quiere ser Patrimonio de la Humanidad ::: Leer más...

Las madres solteras y familias numerosas tendrán una ayuda de 3.500 euros por hijo ::: Leer más...

La prestación de 2.500 euros por hijo nacido se podrá solicitar a partir de hoy en las oficinas de la Agencia Tributaria ::: Leer más...

El Gobierno regional modifica el sistema de pago de la ayuda de 100 euros para agilizar los trámites ::: Leer más...

Última Hora

12:40:22 ::: Haití.- La AUGC inicia una campaña solidaria de recogida de juguetes y material de ayuda para los niños de Haití

12:40:22 ::: El PP defiende el contrato con menos indemnización por despido porque fue el aprobado por los sindicatos en 1997

liga bbva (1ª) | liga adelante (2ª)

JORNADA 18 (17 ENE 2010)

F	Málaga	1	-	0	Getafe	C
F	At. Madrid	3	-	2	Sporting	C
F	Racing	1	-	1	Valladolid	C
F	Barcelona	4	-	0	Sevilla	C
F	Almería	1	-	1	Tenerife	C
F	Valencia	4	-	1	Villarreal	C
F	Zaragoza	0	-	0	Xerez	C
F	Osasuna	2	-	0	Espanyol	C
F	Mallorca	2	-	0	Deportivo	C
F	Athletic	1	-	0	R. Madrid	C

anterior | siguiente | todas | Quiniela

Santander cambiar

Martes 19
13° 18° 75%

Miércoles 20
8° 14° 60%

Jueves 21
5° 14° 20%

Viernes 22
9° 15° 60%

Sábado 23
10° 13° 75%

Domingo 24
7° 13° 65%

Lunes 25
6° 12° 75%

Fuente: AEMET Ofrecido por

<< < Ene-2010 > >>
Lun Mar Mie Jue Vie Sáb Dom