

Chrome de Google
Un navegador rápido y con estilo

Descárgate Chrome ahora



www.cursospostgrados.com

★ Cursos ★ Másteres
★ Oposiciones ★ Idiomas

SIGLO XXI

DIARIO DIGITAL
INDEPENDIENTE,
PLURAL Y ABIERTO

Tienda SIGLO XXI

Envíos urgentes. El mejor precio.
La tienda oficial de Diario SIGLO XXI.

Martes, 19 de enero de 2010 • Actualizado a las 10:13 (CET) • Año VIII. Fundado en noviembre de 2003

Cursos • Másteres • Oposiciones • Lujo

VÍDEOS | IMÁGENES | ÚLTIMA HORA | ENCUESTAS | EL TIEMPO | PÁGINAS BLANCAS | PÁGINAS AMARILLAS | CALLEJERO

Más

OPINIÓN

Firmas
Viñetas

ENTREVISTAS Y
CHARLAS DIG.

ESPECIALES

PUBLICIDAD

aprendemas.com

• Cursos
• Másteres

ESPAÑA

INTERNACIONAL

DEPORTES

Fútbol
Baloncesto
Motor
Tenis
Balonmano
Ciclismo
Golf
Vela y Copa Am.
Atletismo
Más noticias

ECONOMÍA

Vivienda
Automóviles

CULTURA Y OCIO

Cine
Televisión
Música
Libros

SOCIEDAD

Sucesos y tribu.
Ciencia y salud
Religión
Prensa y medios
Educación
Gente

Gastronomía, vinos
y lugares

J. Ruiz de Infante

Toros

Ignacio de Cossío

PUBLICIDAD

ecopóliza

RESTAURANTE
Santiago
Marbella - 952770078

zoom.in

Medicina

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

GRANADA, 18 (EUROPA PRESS)

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).

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.

Publicado el lunes 18 de enero de 2010 a las 12:08 horas.

» Enviar una carta al director

» Imprimir esta página

» Guardar y compartir

Menéame Wikio
 Google Blinklist
 Yahoo! Fresqui
 Windows Live Facebook
 Digg Newsvine
 Delicious Reddit
 Technorati

Otros textos de Medicina

» La vacuna contra la tuberculosis puede resultar eficaz para tratar el asma, según estudio

» Identifican el mecanismo epigenético que provoca los tumores cerebrales más agresivos

» Los reumatólogos recomiendan evitar el sedentarismo para no sufrir lumbago y dolores de espalda

» Investigadores del CSIC identifican mecanismos celulares clave en algunas enfermedades autoinmunes

» Investigadores descubren un nuevo mecanismo de difusión de tumores primarios

Móvil espía

Con cámara inalámbrica
Hasta 1.000 metros

139 € IVA y envío incluidos

PROTEINAS LECHE

La Mayor Variedad al Mejor Precio Envíos Gratis 24H Mejor Servicio
HSNonline.es

Lactancia Materna

¿Dudas sobre Lactancia? En NetMoms madres con experiencia te ayudarán!
NetMoms.es/Lactancia

Beverly Nutrition

Marca exclusiva de Nutrición Los mejores productos del mercado
www.beverly.es

La Dieta de la Zona

Dieta de la Zona, el estilo de vida para perder peso y ganar salud
www.enerzona.net

Ortodoncia Mario Menéndez

Ortodoncia Lingual Adultos. Invisible
www.ortodoncis.com/menenc

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 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".

Enfatizó que 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", subrayó.

Comentarios

Escriba su opinión

Nombre y apellidos *

Comentario (máx. 1.000 caracteres) *

E-mail (no se muestra) *

Web

Publicar

(*) Obligatorio.

NORMAS DE USO

- » El botón 'Publicar' se activa tras rellenar los campos obligatorios.
- » Puede opinar con libertad utilizando un lenguaje respetuoso.
- » Escriba con corrección ortográfica y gramatical.
- » El editor se reserva el derecho a borrar comentarios inadecuados.

[Información corporativa](#) | [Estadísticas](#) | [Publicidad](#) | [Contacto](#) | [SIGLO XXI en facebook](#) | [RSS](#)

© SIGLO XXI - Diario digital independiente, plural y abierto | Director: Guillermo Peris Peris | | Auditado por 

Prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos. Toda responsabilidad derivada de los textos recae sobre sus autores. Reservados todos los derechos.