

- [Setién: "La Iglesia tiene derecho a opinar sobre temas éticos"](#)
- [Cardenal Ottaviani, Inquisidor y panadero](#)
- Ocio y cultura
 - [Agrede a su pareja, le arroja lejía a la cara y luego le da un trago quedando inconsciente](#)
 - [Condenado a 23 años y medio de cárcel por atracar a prostitutas de carretera](#)
 - ["He chupado muchas pollas en los agujeros de gloria de un sex shop de Fuencarral"](#)
- Economía
 - ["Hay que decirle a la gente que nos hagamos mayores de una vez"](#)
 - [Las Comunidades Autónomas están en quiebra](#)
 - ["Reducir la deuda pública al 3% en 2013 es totalmente factible"](#)
- Tecnología
 - [Bill Gates abre su perfil en Twitter y alcanza los 160.000 seguidores en menos de 14 horas](#)
 - [¿Cómo ocultarse de Google? Un hacker ha ideado la herramienta para hacerlo](#)
 - [Bromea en Twitter con explotar un aeropuerto... y lo encarcelan](#)
- Deportes
 - [Gasol, mejor deportista de Los Ángeles por delante de Kobe Bryant](#)
 - [Con el culo al aire](#)
 - [Nadal se 'merienda' a Lacko y ya está en tercera ronda](#)
- Ciencia
 - [Un científico halla la fórmula matemática de su soltería](#)
 - [Así procesa el cerebro las reglas matemáticas](#)
 - [El caparazón del caracol, la clave para mejorar los blindajes militares](#)
- Salud
 - [Las ventas de un lagarto indonesio se disparan ya que se cree que cura el cáncer](#)
 - [El 94% de las madres que dan el pecho no sigue una dieta adecuada](#)
 - [Las pechugonas están pasadas de moda](#)
- Inmigrantes
 - [En medio del caos en Haití médicos extranjeros operan con sierras](#)
 - [Scarlett Johansson subasta cita para ayudar a Haití](#)
 - [Pérez de Cuellar expresa su "enorme tristeza" por tragedia en Haití](#)
- Opinión
 - [La educación es un derecho constitucional](#)
 - [Ramoncín se 'suicida' en Internet](#)
 - [Un periodista con sombrero](#)

[Periodista Digital](#) ▶ [Salud](#) ▶ [Investigación](#)

Investigación de la [Universidad de Granada](#)

[clipping](#)

El 94% de las madres que dan el pecho no sigue una dieta adecuada

Consumen menos grasas, hierro, vitaminas A y E de lo recomendado y más proteínas de las que deberían

Stefan Nikolaev, 20 de enero de 2010 a las 10:46



Lactancia materna.

Necesitas el plugin de flash para visualizar este contenido



Para la investigación se recogieron 100 muestras de leche procedentes de 34 madres lactantes de las provincias de Granada y Almería

Casi la totalidad de las madres lactantes no sigue la dieta que debería. El 94% no ingieren suficientes grasas, proteínas e hierro. El 88% no toma la vitamina A recomendada y un 99% no lo hace con la vitamina E. La mayoría tiene una dieta deficitaria, que es muy importante para la nutrición de su hijo.

Estos datos son resultado de una investigación de la [Universidad de Granada](#). El estudio revela también que el ácido graso poliinsaturado supone del 17% al 18% del total de ácidos grasos en la leche de las madres españolas. Porcentajes muy superiores a la media europea.

José Luis Gómez Llorente, departamento de pediatría de [la UGR](#):

"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."

La leche humana "es el método ideal para la alimentación de los recién nacidos sanos", destacó Gómez Llorente. Sus nutrientes se han relacionado con el desarrollo de diferentes funciones en el recién nacido tales como el desarrollo cognitivo y el desarrollo de la capacidad visual. También se han relacionado con el desarrollo o protección frente a las enfermedades alérgicas y la atopía.

Para la investigación se recogieron 100 muestras de leche procedentes de 34 madres lactantes de las provincias de Granada y Almería. Además todas ellas rellenaron un cuestionario sobre la infesta dietética que realizaron en los tres días previos al estudio.

