



**Colanta**<sup>®</sup>

*Sabe más  
Sabe a campo*



**UNIVERSIDAD CES**  
Un compromiso con la excelencia

Facultad de  
**Ciencias de la Nutrición  
y los Alimentos**

# Lácteos y su importancia para combatir la desnutrición infantil.

Presentado por:

Valentina Loaiza Loaiza.

Practicante décimo semestre Nutrición y  
Dietética Universidad CES.

# Búsqueda del artículo

Ruta de búsqueda: La realicé a través de Google Académico.  
Palabras claves: Lácteos y salud.  
Bases de datos consultadas: Google Académico y Elsevier.



## LÁCTEOS Y SU IMPORTANCIA PARA COMBATIR LA DESNUTRICIÓN INFANTIL

Lorena Iglesias V.<sup>1</sup> y María Fernanda González T.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Nutrición, Facultad de Medicina,  
Universidad de Chile, Santiago, Chile.

<sup>2</sup>Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de Medicina,  
Universidad de Chile, Santiago, Chile.

### Resumen

---

La desnutrición infantil sigue siendo un problema de nivel mundial y hasta el presente se han tomado medidas importantes para combatirla, destacando especialmente el papel de los lácteos. El aporte nutricional de los lácteos los hace un excelente alimento para mejorar la nutrición de los niños: son ricos en calcio, magnesio, selenio, riboflavina, vitamina B12 y ácido pantoténico. También destaca su aporte de proteínas y energía, lo que favorece el crecimiento y el desarrollo normal del individuo desde el periodo gestacional, mujer en edad fértil y hasta la vejez. Estas son las razones por las que diferentes programas alimentarios se han centrado en la leche y sus derivados para construir estrategias de intervención que establezcan programas de prevención de la desnutrición infantil. Las estrategias usadas por los diferentes países responden a 4 pilares fundamentales: el aumento de producción de leche y sus derivados; la fortificación de la leche y los productos lácteos; la entrega de leche y lácteos en las escuelas; y, la adición de leche en polvo a alimentos de consumo masivo. Todo

Iglesias L, González MF. Lácteos y su importancia para combatir la desnutrición infantil.  
1st ed. Rodrigo Valenzuela; 2020.

# Introducción



La alimentación y nutrición parecieran ser un derecho fundamental para todas las personas.

Es el resultado de la insuficiente ingesta de alimentos o de algún nutriente, también puede surgir por una falta de atención en salud adecuada o como consecuencia de alguna enfermedad.



Figura 1. Alteración de indicadores de estado nutricional según tipos de desnutrición.



Figura 2. Factores asociados a la desnutrición infantil.





Indica que existen 149 millones de niños menores de 5 años con retraso en el crecimiento y 49.5 millones presentan emaciación.

200 millones de niños en el mundo menores de 5 años presentan desnutrición crónica y un 13% desnutrición aguda.

Se concentra en **países con altos niveles de pobreza** donde se dificulta el acceso a los alimentos, hay desigualdades económicas, bajo nivel de educación de la madre y etnia.



Es la deficiencia de micronutrientes o “hambre oculta” que aunque no genera un efecto visible, tiene un efecto negativo en la población pediátrica.





Presentan la mayor prevalencia de déficit de zinc en población infantil.



Poseen las mayores prevalencias de déficit de Vit A llegando a más del 24% en niños.

El déficit de Ca es la forma principal de evidenciar la desnutrición crónica, por su papel fundamental en el crecimiento de huesos y dientes.



No solo radica en la cantidad de alimentos que se consumen, sino también en su calidad. De esta forma es posible prevenir la desnutrición.

Se les debe entregar alimentos ricos en energía, proteínas y además asegurar los micronutrientes claves en el crecimiento y desarrollo. Es posible encontrar todos estos nutrientes en un alimento: **Leche y derivados.**



# Panorama global y Latinoamericano de la desnutrición infantil



Sin embargo 149 millones de niños menores de 5 años presentan retraso en el crecimiento producto de la desnutrición y alrededor de 50 millones manifiestan emaciación.

Dietas deficientes en nutrientes conllevan a malnutrición en los primeros años de vida.



Señala que a nivel global el 44% de los niños entre 6 y 23 meses no consumen frutas ni verduras y el 59% no consumen huevo, leche ni carne.

30% de los niños entre 6 y 23 meses no tienen una ingesta suficiente de nutrientes de origen animal.





Alrededor de 340 millones de niños menores de 5 años sufren hambre oculta en el mundo, sin embargo, es una cifra estimativa pues solo refleja la carencia de Vit A y hierro.

Países como Brasil, Costa Rica, México y República Dominicana son los mejores encaminados en alcanzar las metas establecidas.

Sin embargo, el camino es largo y aún se requieren de esfuerzos para **erradicar el hambre y combatir la desnutrición por completo.**

En América Latina y el Caribe 1 de cada 5 niños no está creciendo bien.





# Desnutrición infantil e impacto sobre el crecimiento y desarrollo cognitivo



Afecta sustancialmente el **crecimiento y desarrollo infantil** y es una de las principales amenazas para la supervivencia y desarrollo cognitivo de millones de niños.



Las consecuencias de la desnutrición en los niños dependen de la etapa del ciclo de vida en que se presenten.

Refleja desnutrición en periodos de embarazo y aumenta considerablemente el riesgo de muerte en los primeros meses y años de vida.



A largo plazo el BPN y la desnutrición en la niñez se consideran factores de riesgo para desarrollar enfermedades crónicas como la DM y alteraciones cardiovasculares.

Estudios plantean que la desnutrición crónica afecta directamente el desarrollo integral de los niños y no solo se expresa en baja estatura en edad adulta, sino que también en menor escolaridad y menor desarrollo intelectual.



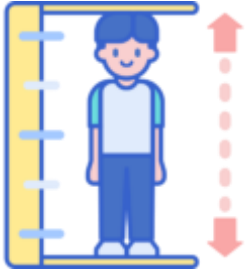
Puede causar a corto, mediano y largo plazo retraso en el crecimiento ponderal, menor circunferencia craneana, tamaño cerebral, coeficiente intelectual y rendimiento académico.

Las tasas de mortalidad infantil en América Latina eran tan altas que se creían normales para la época. Estas se atribuían a enfermedades infecciosas y trastornos digestivos agudos.



Las investigaciones reflejaron una relación directa entre desnutrición crónica a temprana edad con alteraciones inmunológicas, retraso del crecimiento, enfermedades degenerativas en etapa adulta y alteraciones de desarrollo cerebral.

# Crecimiento pondoestatural



Esta determinada por múltiples variables articuladas por la acción de factores de crecimiento y hormonas, que tienen distintas acciones según la etapa del desarrollo en la que se encuentren los niños.

Alcanzar el potencial máximo de crecimiento depende de variables ambientales como la alimentación, el entorno afectivo y psicosocial.

Puede comenzar desde la gestación y se ha demostrado que los primeros 1.000 días de un niño son la base para su crecimiento y desarrollo.



Se ve afectada tanto por la desnutrición materna en el periodo de gestación como por el aporte de O<sub>2</sub> y nutrientes al feto. Es determinante en la talla provocando hasta el 20% de retraso en el crecimiento.

Mantener un IMC normal, asegurar el consumo adecuado de micronutrientes y controlar y tratar infecciones maternas.



Ha sido mayormente asociada a un retraso en el crecimiento es la deficiencia de zinc.

Estudios en niños que han sido suplementados diariamente con zinc han mejorado adecuadamente la curva de crecimiento.

La suplementación con zinc solo favorece el crecimiento en niños con deficiencia. En niños con depósitos normales la suplementación no tiene beneficios.

# Desarrollo cognitivo



Uno de los primeros indicadores que relacionan la desnutrición con el deterioro intelectual. Es considerado como el índice antropométrico más sensible de malnutrición.

Se asocia al coeficiente intelectual del niño y al rendimiento cognitivo a largo plazo.



1. Un estudio en escolares chilenos concluyó que la desnutrición severa durante el primer año de vida, el coeficiente intelectual de la madre y el volumen cerebral son las variables que explican la inteligencia de un niño además señalan que los niños con talla baja presentan mayor tasa de reprobación y promedios más bajos en matemáticas y lenguaje.

2. Un estudio realizado en México concluyó que los escolares con BPN y talla baja para la edad tuvieron mayor probabilidad de haber reprobado algún año escolar.

3. La falta de alimentos genera principalmente menor concentración de glucosa (principal sustrato de neuronas) pudiendo dar lugar a una menor capacidad de las funciones cognitivas.

4. Un estudio menciona que la carencia de hierro produce en los niños reducción en la capacidad de aprendizaje.

# Los lácteos en la prevención y/o tratamiento de la desnutrición infantil



Se ha demostrado que proporcionar alimentos de origen animal a niños desnutridos tiene beneficios nutricionales, además la ingesta de lácteos se asocia positivamente con el crecimiento infantil.

Son varios estudios y autores que mencionan al sector lechero como uno de los autores con mayor potencial para erradicar el hambre, además de proporcionar una fuente adecuada de nutrientes de manera saludable y segura.

Permite entregar una gran cantidad de nutrientes y satisfacer las necesidades de micronutrientes como Ca, Mg, Se y vitaminas del complejo B (B2, B12 y B5).



En un niño de 5 años una porción de leche entera al día aporta entre el 21 y 25% de proteínas y el 8% aproximadamente del requerimiento de energía.



Otorga una cantidad importante de proteínas de AVB al organismo en crecimiento y desarrollo, asegurando el aporte de AA esenciales claves para el periodo de crecimiento.

Es uno de los alimentos más adecuados para entregar nutrientes a la población, tanto a nivel individual para su desarrollo y crecimiento como parte de programas nutricionales a nivel poblacional.

Se destaca mediante una revisión sistemática la gran cantidad de estudios que se asocian positivamente con el consumo de los lácteos y el crecimiento infantil (peso y talla).



Estudios mencionan que la producción de leche en sectores rurales y de bajos recursos aumenta el consumo de leche y mejora el crecimiento lineal infantil.



Existe mayor evidencia de resultados nutricionales positivos en programas de leche fortificada, sin embargo, el alto costo, el bajo acceso en algunas regiones y la calidad cuestionan y limitan esta clase de programas.



1. Kenia el Proyecto Nacional de Desarrollo de Productos Lácteos mejoró las prácticas de manejo de ganado donde aquellos participantes aumentaban el consumo de leche y mejoraron sus niveles de antropometría en niños pequeños (6 a 59 meses).

2. Etiopía se implementó el Proyecto de Desarrollo de Leche de cabra con el objetivo de aumentar el consumo de leche en niños mejorando niveles de Vit A y zinc.

3. Países como Argentina, Finlandia, Kenia, Malawi, Portugal, Suecia, Tailandia Reino Unido y EEUU distribuyen leche de manera gratuita para todos los menores de 5 años en los Centros Infantiles.

4. Chile y México al fortificar la leche con hierro y zinc ha permitido disminuir la prevalencia de anemia en los grupos intervenidos.

5. Asia la fortificación de la leche permite reducir sustancialmente morbilidades como diarrea aguda y crónica y enfermedades respiratorias.

1. Un estudio realizado en Kenia menciona que la suplementación con leche en alimentación escolar tiene mayor impacto en el crecimiento pondoestatural en niños con retraso en el crecimiento.



2. Un estudio realizado en Tailandia en el Programa Nacional de Leche Escolar demostró que los participantes consumen más energía, proteína, Ca y Vit B12.



3. Los estudios de programas que incluyen adición de leche en polvo en mezclas de alimentos demuestran que existen tasas más altas de recuperación y mayor ganancia de peso y altura en niños desnutridos.



# Conclusiones



- Los lácteos destacan por ser un alimento rico en Ca, lo que es fundamental para el crecimiento. Por esta razón vemos este grupo de alimentos en las Guías Alimentarias y en especial aquellas dirigidas a la población infantil.
- La educación, estrategias y políticas públicas que tienen como eje central la entrega y fomento del consumo de lácteos en población infantil han logrado disminuir de manera considerable la desnutrición en los países sin necesariamente mejorar las inequidades económicas existentes.

¡Muchas gracias!