



# ENTRENANDO LA SALUD DIGESTIVA



## Nutrición adecuada = Crecimiento y Desarrollo

Existe una **inmadurez inicial del sistema gastrointestinal** del lactante, lo que hace clave el brindarles nutrientes adecuados en calidad y cantidad. Esto incluye: Macronutrientes (proteínas, hidratos de carbono y grasas), probióticos, prebióticos y micronutrientes.



La producción de las enzimas involucradas en el proceso de digestión, **no está completamente desarrollada desde el nacimiento.**

La **capacidad gástrica** del recién nacido va aumentando poco a poco, siendo entre 5-7 ml al nacimiento y va aumentando, teniendo 45-60 ml a los 7 días y de entre 80 y 150 ml a los 28 días.



**El establecimiento de la microbiota** ocurre en los primeros 2 años de vida, teniendo como factores:

- Vía de nacimiento
- Tipo de alimentación líquida en los primeros meses de vida
- Uso de medicamentos
- Alimentación complementaria adecuada

La nutrición adecuada, teniendo en cuenta los factores del desarrollo gastrointestinal, llevará como consecuencia a una Salud Digestiva del lactante:

## Salud Digestiva



**\*Material Exclusivo para el profesional de la salud.**

NOTA IMPORTANTE: Creemos que la lactancia materna es el comienzo nutricional ideal para los bebés, ya que la leche materna proporciona una dieta equilibrada y protección contra enfermedades para el bebé. Apoyamos plenamente la recomendación de la Organización Mundial de la Salud de la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, seguida de la introducción de alimentos complementarios nutritivos adecuados junto con la lactancia materna sostenida hasta los dos años de edad. También reconocemos que la lactancia materna no siempre es una opción para los padres. Recomendamos a los profesionales de la salud que informen a los padres sobre las ventajas de la lactancia materna. Si los padres consideran no amamantar, los profesionales de la salud deben informarles que tal decisión puede ser difícil de revertir y que la introducción de la alimentación parcial con biberón reducirá el suministro de leche materna. Los padres deben considerar las implicaciones sociales y financieras del uso de fórmula infantil. A medida que los bebés crecen a ritmos diferentes, los profesionales de la salud deben aconsejar sobre el momento adecuado para que el bebé comience a comer alimentos complementarios. La fórmula para lactantes y los alimentos complementarios siempre deben prepararse, usarse y almacenarse según las instrucciones de la etiqueta para evitar riesgos para la salud del bebé.

\* Ver: Código internacional sobre la comercialización de los sustitutos de la leche materna, adoptado por la Asamblea Mundial de la Salud en su Resolución AMS 31.22, Mayo 1981.

\*Marcas Registradas: Marcas Registradas usadas bajo licencia de su titular, Sociéte des Produits Nestlé S.A., Case Postale 353, 1800 Vevey, Suiza.