



Un bebé alimentado con leche de fórmula consume aproximadamente de 3 a 6 cucharadas cafeteras de azúcar al día, lo que representa un mayor riesgo de obesidad y diabetes, alertó la organización civil El Poder del Consumidor (EPC).

Xaviera Cabada, maestra en Ciencias de Nutrición, y coordinadora del área de Salud Alimentaria de esta organización, explicó que en México en los últimos seis años el porcentaje de las mujeres que amamantan a sus bebés se ha reducido drásticamente, al pasar del 22 a 14 por ciento.

Precisó que esa organización civil elaboró el estudio “La alimentación industrializada del lactante y del niño pequeño”, en el que fue investigada la información contenida en las etiquetas de nueve fórmulas para lactantes.

Al analizar las etiquetas y su publicidad se encontró que el porcentaje de azúcar fue de 28 a 54 por ciento, con un promedio de 41 por ciento, la cual es conocida como sacarosa y es una de las que tarda más en digerir por el organismo del infante.

Indicó que esto contrasta con lo establecido en la NOM-043 de orientación alimentaria, que recomienda no añadir azúcar a los alimentos proporcionados a lactantes.

La especialista resaltó que el Estado debe obligar a la industria de sustitutos de leche materna a cumplir con las recomendaciones del Codex Alimentario para fórmulas infantiles, que indica que la leche en fórmula debe contener entre el 5 y 10 por ciento de azúcar.

Explicó que la lactancia natural es el mejor alimento durante los primeros seis meses de vida del infante, ya que estimula el funcionamiento del sistema inmunológico, y los protege contra la diarrea y las infecciones respiratorias agudas.

Lamentablemente por diferentes cuestiones, la leche materna está siendo desplazada por productos industrializados que pueden ser nocivos para la vida de los pequeños, puesto que pueden provocarles enfermedades como la diabetes.

Finalmente, indico que el 99.9 por ciento de las mujeres pueden amamantar inclusive en los casos de labio hendido o de VIH tomando las medidas necesarias, sin embargo, en el caso de que no fuera posible lo recomendable sería buscar una madre sustituta en vez de acudir a las formulas lactantes.

Anteriormente la EPC reveló que el 85 por ciento de los 2 millones de bebés que nacen cada año en México corren el riesgo de ser obesos al crecer porque antes de los seis meses consumen leche en polvo en lugar de la materna, e ingieren cereales con altas cantidades de harina refinada.

Estudios epidemiológicos demuestran que los incrementos en sobrepeso y obesidad se observan desde edades muy tempranas como de 0 a 6 meses de edad. “Esto demuestra que gran parte del problema es por causas ajenas a los hábitos de alimentación, por decisión individual o sedentarismo”, señaló Cabada.

**Adriana Estrada**