

ADECUACIÓN A LA INGESTA DE MICRONUTRIENTES Y DIVERSIDAD DE DIETA EN LA INFANCIA

Autores:

Matías De Nicola, Irina Kovalskys, Alberto Cormillot, Vanesa Rodriguez Garcia.

INTRODUCCIÓN

La **nutrición** en los **primeros años de vida** es **determinante** para el **crecimiento**, el **neurodesarrollo y la salud futura**. Disponer de **datos** locales sobre **consumo de nutrientes** y conocer la **diversidad de dieta** en los niños resulta **crítico** para **plantear abordajes** específicos con los **equipos de salud**.

OBJETIVO

Cuantificar la ingesta de micronutrientes, identificar la ingesta inadecuada respecto de las recomendaciones en niños/as de 13-36 meses, y analizar la diversidad de dieta.

METODOLOGÍA

Estudio observacional, descriptivo y transversal. Entre agosto y octubre de 2024 se administró un cuestionario virtual a cuidadores de niños/as residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires, Córdoba, Mendoza y Rosario. El instrumento relevó la ingesta de alimentos y bebidas durante cuatro días, asistido por fotografías estandarizadas de porciones a partir de dos Atlas Fotográficos. Los datos se convirtieron en nutrientes mediante la Tabla Argentina de Composición de Alimentos de SARA. Para medir ingesta inadecuada se tomó el consumo de nutrientes inferior al AI o RPE correspondiente al nutriente a nivel individual. Adicionalmente se calculó el % de individuos con inadecuación reportando así el porcentaje de personas que no alcanzaba la recomendación para ese micronutriente. Para medir la Diversidad Dietética Mínima, se tomaron los criterios de OMS 2021 considerando un cumplimiento de consumo de al menos 5 de 8 grupos de alimentos. Quedaron excluidos del análisis los niños alimentados con leche materna por la imposibilidad de medir el aporte de nutrientes de este alimento.

CONCLUSIÓN

Se evidencia **mayor porcentaje de niños/as con ingesta inadecuada de vitamina D, Fe y calcio** principalmente en aquellos **alimentados con leche de vaca**. Además de presentar **diferencias significativas** para Fe, Ca, vitamina D y Zn en ambos rangos etarios. Del mismo modo, la **menor diversidad de dieta** se observa en ambos rangos etarios en **niños que se alimentan con leche vaca**. Se requieren **estrategias de fortificación y educación alimentaria** para **optimizar la nutrición durante la infancia**.

RESULTADOS

El gráfico 1 muestra el porcentaje de niños que no alcanzan la recomendación de ingesta de micronutrientes siendo los consumidores de leche de vaca los que presentan mayor inadecuación en los nutrientes descriptos en el siguiente orden: Vitamina D, Fe, Ca, vitamina A y Zn. Además, se evidencian diferencias significativas ($p < 0,001$) para Ca, vitamina D y Zn en el rango de 13 a 24 meses y para Fe, vitamina D y Zn para el rango de 25 a 36 meses entre consumidores de leche infantil modificada y leche de vaca. El 52% de los niños/as de 13 a 24 meses alimentados con lactancia materna presentan una dieta diversa, mientras que este porcentaje asciende al 57% en el rango de 25 a 36 meses. Por otra parte, el menor porcentaje de diversidad de dieta se evidencia en los niños de 13 a 24 meses siendo del 48% en aquellos alimentados con leche de vaca (**gráfico 2**).

Gráfico 1= Porcentaje de niños/as de 13 a 36 meses con ingesta inadecuada de nutrientes, según componente lácteo (n= 174)

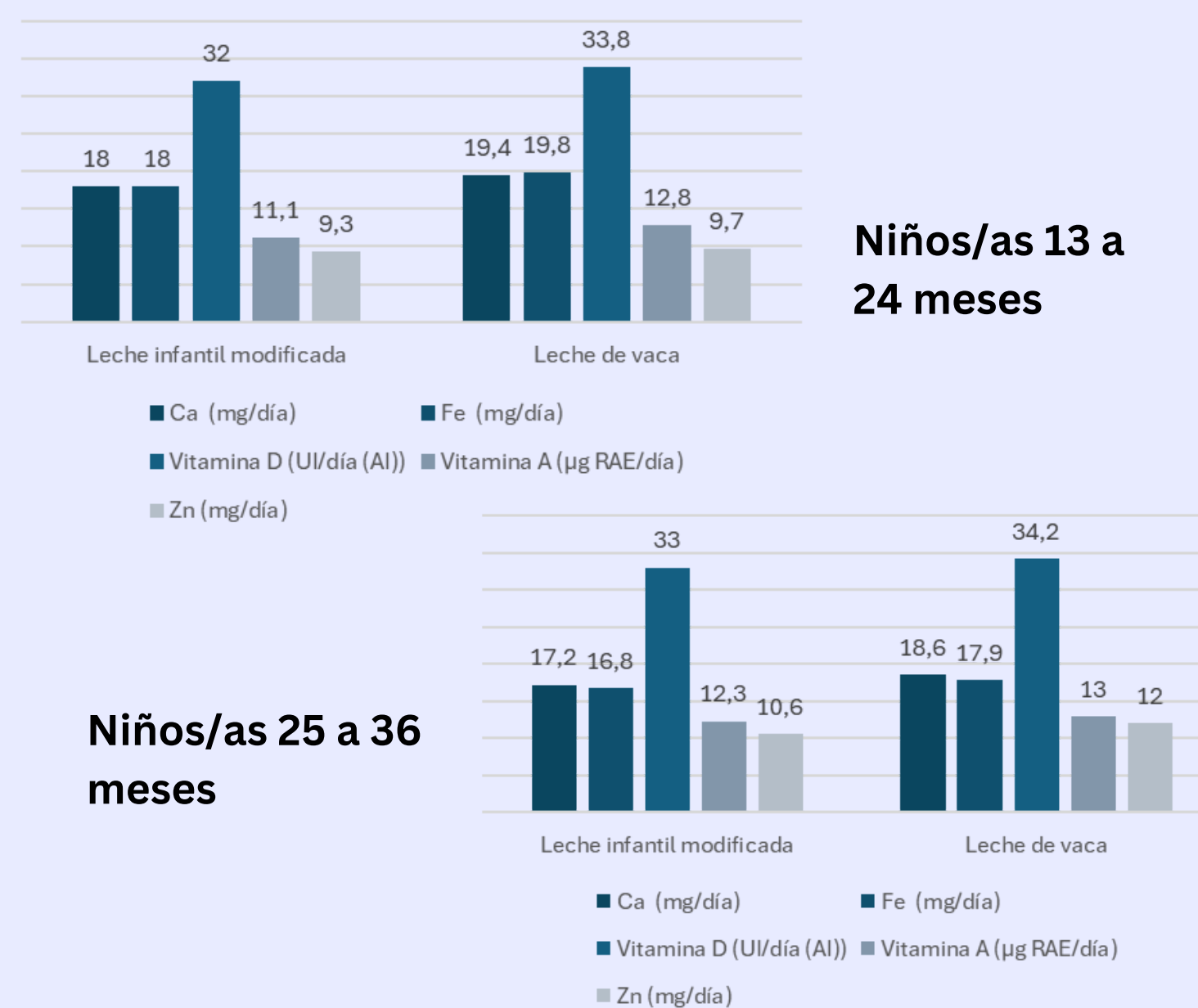


Gráfico 2= Porcentaje de niños/as que presentan diversidad dietética mínima según componente lácteo y rango etario (n= 258)

