



# ENTRENANDO LA SALUD DIGESTIVA



## Salud digestiva como concepto de salud integral a corto y largo plazo



La **salud digestiva** se puede definir como el **equilibrio perfecto entre el funcionamiento del tracto digestivo y la microbiota intestinal**. Y es parte fundamental de la salud en general de los lactantes, teniendo un vínculo estrecho con su desarrollo físico y funcional.

La salud digestiva impacta en la salud a corto plazo en aspectos como: **menor riesgo de diarrea, menor riesgo y gravedad de infecciones del tracto respiratorio inferior**. Así mismo, impacta la salud a largo plazo, en aspectos tan importantes como el riesgo de padecer obesidad y diabetes tipo 2.



La **microbiota intestinal** es el conjunto de millones de **microorganismos vivos ubicados en el tracto gastrointestinal**. Es indispensable en múltiples funciones del organismo, como la estimulación de la maduración y la correcta capacitación del sistema inmunológico.



La **leche materna** tiene una combinación exclusiva de componentes bioactivos que **favorecen la salud digestiva, el desarrollo cerebral, el crecimiento y desarrollo, la tolerancia intestinal e inmunidad**, gracias a que modulan la microbiota intestinal.



**Los probióticos**, son microorganismos vivos que, cuando se consumen en cantidades adecuadas como parte de los alimentos, confieren un **beneficio para la salud del huésped**.

Gracias a que:

- Desplazan agentes patógenos a través de la competencia por nutrientes
- Modulan la respuesta Inmune
- Previenen el crecimiento de patógenos
- Regulan la microbiota intestinal



### HMOs

Además de su función prebiótica, los oligosacáridos de la leche materna tienen funciones clave para el organismo:

Modifican la microbiota intestinal

Moduladores de la respuesta de las células epiteliales del intestino

Moduladores inmunológicos

Antimicrobianos antiadherentes.



**El cuidado de la salud digestiva desde etapas tempranas, ayudará a mejorar considerablemente la salud a corto y largo plazo de los pequeños, siendo así un elemento clave en el cual se debe poner especial atención desde edades muy tempranas.**

**\*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, Société des Produits Nestlé S.A., Case Postale 353, 1800 Vevey, Suiza.