

Alimentación complementaria y neurodesarrollo

Tiempo de lectura: 7.5 minutos



La influencia de la alimentación complementaria en el neurodesarrollo es un área importante de investigación, varios estudios han examinado el impacto de las prácticas de alimentación complementaria en los resultados del desarrollo neurológico en lactantes y niños pequeños.

Un estudio de (Victora et al., 2016) investigó los efectos a largo plazo de la lactancia materna y la alimentación complementaria en el desarrollo neurológico.

El estudio encontró que la lactancia materna, junto con la alimentación complementaria adecuada, se asoció con un **mejor desarrollo cognitivo y cociente intelectual (CI) en los niños.**



Los autores concluyeron que la lactancia materna óptima y las prácticas de alimentación complementaria tienen efectos de por vida en el desarrollo neurológico (Victora et al., 2016).

Otro estudio de (S. Grantham-McGregor & International Child Development Committee, 2007; S. M. Grantham-McGregor et al., 2014) examinó los efectos de la nutrición de la primera infancia, incluida la alimentación complementaria, en los resultados del desarrollo neurológico, el estudio encontró que la nutrición inadecuada durante el período de alimentación complementaria se asoció con un desarrollo cognitivo y motor más pobre en los niños. Los autores enfatizaron la importancia de proporcionar **alimentos complementarios ricos en nutrientes para apoyar el desarrollo neurológico óptimo.**

En general, las referencias proporcionadas destacan la importancia de las prácticas apropiadas de alimentación complementaria para los resultados del desarrollo neurológico en lactantes y niños pequeños. La desnutrición durante el período de alimentación complementaria se ha asociado con efectos negativos sobre el desarrollo cognitivo, la inteligencia y el logro educativo (Victora et al., 2008). Por otro lado, las prácticas óptimas de alimentación complementaria, incluida la introducción de alimentos ricos en nutrientes y **comportamientos de crianza receptivos, se han relacionado con resultados positivos del desarrollo neurológico** (Black & Aboud, 2011).

Es importante tener en cuenta que el momento, la calidad y la diversidad de los alimentos complementarios, así como los factores culturales y el conocimiento materno, juegan un papel importante en la influencia de los resultados del desarrollo neurológico (Rojas-Guerrero & Spinoza-Bernardo, 2019; Sierra-Zuñiga et al., 2020; Viedma Sánchez & Esperón Gaitán, 2022a). Las prácticas inadecuadas de alimentación complementaria, como la introducción temprana o tardía de alimentos complementarios, pueden tener consecuencias tanto a corto como a largo plazo en el desarrollo neurológico (Alarcón-Domínguez et al., 2020). **Por lo tanto, promover prácticas adecuadas de alimentación complementaria y brindar apoyo y educación a los cuidadores**

son cruciales para optimizar los resultados del desarrollo neurológico en bebés y niños pequeños (Cadena-Camacho & Hinojosa-García, 2021; Viedma Sánchez & Esperón Gaitán, 2022b).

Estos estudios destacan la influencia significativa de la alimentación complementaria en el desarrollo neurológico en bebés y niños pequeños, incluida la introducción de alimentos ricos en nutrientes en el momento adecuado, son cruciales para apoyar el desarrollo neurológico saludable. Se ha demostrado que la lactancia materna, en combinación con una alimentación complementaria adecuada, tiene beneficios a largo plazo para el desarrollo cognitivo y la inteligencia.



En conclusión, la evidencia disponible sugiere que las prácticas de alimentación complementaria tienen una influencia significativa en el desarrollo neurológico en lactantes y niños pequeños. La nutrición adecuada durante el período de alimentación complementaria, junto con comportamientos de crianza receptivos, se asocia con resultados cognitivos y de desarrollo positivos. Por otro lado, la desnutrición y las prácticas inadecuadas de alimentación complementaria pueden tener efectos negativos en el desarrollo neurológico. Por lo tanto, es importante promover y apoyar prácticas óptimas de alimentación complementaria para garantizar un desarrollo neurológico saludable en lactantes y niños pequeños.

Texto elaborado por:



En colaboración con  Gerber

FUENTES DE SOPORTE

- Alarcón-Domínguez, E. E., Velasco-González, L. E., Medina-Carrillo, L., & Zamora-Gasga, V. M. (2020). Influencia de factores perinatales y alimentarios sobre el desarrollo de sobrepeso y obesidad en lactantes. *Revista CONAMED*, 25(2), 66–74. <https://doi.org/10.35366/94389>
- Black, M. M., & Aboud, F. E. (2011). Responsive Feeding Is Embedded in a Theoretical Framework of Responsive Parenting. *The Journal of Nutrition*, 141(3), 490–494. <https://doi.org/10.3945/jn.110.129973>
- Cadena-Camacho, R. E., & Hinojosa-García, L. (2021). Prácticas y actitudes de madres sobre alimentación complementaria en lactantes de 6 a 24 meses. *Journal Health NPEPS*, 6(1), 35–46. <https://doi.org/10.30681/252610104597>
- Grantham-McGregor, S., & International Child Development Committee. (2007). Early child development in developing countries. *Lancet* (London, England), 369(9564), 824. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)60404-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60404-8)
- Grantham-McGregor, S. M., Fernald, L. C. H., Kagawa, R. M. C., & Walker, S. (2014). Effects of integrated child development and nutrition interventions on child development and nutritional status. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1308, 11–32. <https://doi.org/10.1111/nyas.12284>
- Rojas-Guerrero, N., & Spinoza-Bernardo, S. (2019). Prácticas maternas de alimentación en niños de 6 a 24 meses atendidos en establecimientos de salud de Lima e Iquitos. *Anales de La Facultad de Medicina*, 80(2), 157–162. <https://doi.org/10.15381/anales.802.16408>
- Sierra-Zuñiga, M., Holguín Betancourt, C., Mera-Mamián, A. Y., Delgado-Noguera, M., & Calvache, J. A. (2020). Construcción y validación de un instrumento para medir conocimientos de madres y cuidadores sobre alimentación complementaria de infantes. *Revista Chilena de Pediatría*, 91(5), 711. <https://doi.org/10.32641/rchped.v91i5.1078>
- Victora, C. G., Adair, L., Fall, C., Hallal, P. C., Martorell, R., Richter, L., & Sachdev, H. S. (2008). Maternal and child undernutrition: consequences for adult health and human capital. *The Lancet*, 371(9609), 340–357. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61692-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61692-4)
- Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J. D., França, G. V. A., Horton, S., Krasevec, J., Murch, S., Sankar, M. J., Walker, N., & Rollins, N. C. (2016). Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet* (London, England), 387(10017), 475–490. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01024-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01024-7)
- Viedma Sánchez, S., & Esperón Gaitán, S. (2022a). La importancia de la perspectiva cultural enfermera a la hora de ofrecer consejos de introducción de alimentación complementaria en niños. *Temperamentvm*, e18041od. <https://doi.org/10.58807/tmptvm20224844>
- Viedma Sánchez, S., & Esperón Gaitán, S. (2022b). La importancia de la perspectiva cultural enfermera a la hora de ofrecer consejos de introducción de alimentación complementaria en niños. *Temperamentvm*, e18041od. <https://doi.org/10.58807/tmptvm20224844>