

Los hitos del desarrollo en la alimentación complementaria

Tiempo de lectura: 6.5 minutos



Los hitos de crecimiento y desarrollo son indicadores importantes de la salud y el bienestar general de un niño. Estos abarcan varios aspectos del desarrollo físico, cognitivo y social. Varios estudios han examinado el impacto de las prácticas de nutrición y alimentación en estos hitos.

Según una revisión publicada en The Lancet, la desnutrición durante los primeros años de vida puede tener consecuencias a largo plazo para la salud adulta y el capital humano (Victora et al., 2008). El estudio encontró que los niños con desnutrición que experimentan un rápido aumento de peso después de la infancia tienen un mayor riesgo de enfermedades crónicas en la edad adulta (Victora et al., 2008). Además, la talla para la edad a los 2 años se identificó como un predictor de escalabilidad, y la desnutrición se asoció con un menor capital humano (Victora et al., 2008). Esto resalta la importancia de una nutrición adecuada durante la primera infancia para un crecimiento y desarrollo óptimos.



En términos de desarrollo del lenguaje, un estudio publicado en Academic Pediatrics identificó hitos en el desarrollo del lenguaje para niños de 1 a 6 años (Visser-Bochane et al., 2020). El monitoreo de los **hitos del desarrollo del lenguaje puede proporcionar información valiosa sobre las habilidades lingüísticas de un niño** y los posibles retrasos o dificultades en esta área.



La progresión de la alimentación es otro hito importante, particularmente entre los bebés prematuros. Un estudio publicado en Nursing Research examinó la progresión de la alimentación en bebés extremadamente prematuros (Park et al., 2015). El estudio encontró que **la competencia en la alimentación oral es necesaria para el crecimiento y el alta hospitalaria entre los bebés prematuros**, y las complicaciones médicas pueden afectar la progresión de la alimentación (Park et al., 2015). La implementación de estrategias de mejora de la calidad, como la estrategia de alimentación simplificada, individualizada, orientada a los hitos, pragmática, longitudinal y educativa (SIMPLE), puede mejorar los hitos de alimentación y aerodigestivos en bebés con displasia broncopulmonar (DBP) (Bapat et al., 2019).

Además, **la introducción de alimentos complementarios es un hito sustancial en el desarrollo de un bebé.** La introducción tardía de alimentos complementarios puede provocar problemas de crecimiento, retraso en el desarrollo motor y mental y falta de nutrientes esenciales (Utami et al., 2020). El destete dirigido por el bebé (Baby Lead Weaning, BLW por sus siglas en inglés) es un método popular para introducir alimentos complementarios, y un estudio publicado en BMC Proceedings exploró las experiencias de las madres que usan BLW en Yakarta, Indonesia (Utami et al., 2020). Este estudio cualitativo proporcionó información sobre la implementación y los resultados de BLW como un hito de alimentación.



Los hitos de crecimiento y desarrollo abarcan varios aspectos del desarrollo físico, cognitivo y social de un niño. La nutrición adecuada, las prácticas de alimentación apropiadas y el logro oportuno de estos hitos son cruciales para un crecimiento óptimo, desarrollo y resultados de salud a largo plazo. La implementación de estrategias de mejora de la calidad y el seguimiento de estos hitos pueden ayudar a identificar posibles retrasos o dificultades y guiar las intervenciones para apoyar el desarrollo general de los niños.

Texto elaborado por:



En colaboración con



FUENTES DE SOPORTE

Bapat, R., Gulati, I. K., & Jadcherla, S. (2019). Impact of SIMPLE Feeding Quality Improvement Strategies on Aerodigestive Milestones and Feeding Outcomes in BPD Infants. *Hospital Pediatrics*, 9(11), 859–866. <https://doi.org/10.1542/hpeds.2018-0243>

Park, J., Knafl, G., Thoyre, S., & Brandon, D. (2015). Factors Associated With Feeding Progression in Extremely Preterm Infants. *Nursing Research*, 64(3), 159–167. <https://doi.org/10.1097/NNR.0000000000000093>

Utami, A. F., Wanda, D., Hayati, H., & Fowler, C. (2020). "Becoming an independent feeder": infant's transition in solid food introduction through baby-led weaning. *BMC Proceedings*, 14(S13), 18. <https://doi.org/10.1186/s12919-020-00198-w>

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)

Visser-Bochane, M. I., Reijneveld, S. A., Krijnen, W. P., van der Schans, C. P., & Luinge, M. R. (2020). Identifying Milestones in Language Development for Young Children Ages 1 to 6 Years. *Academic Pediatrics*, 20(3), 421–429. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2019.07.003>