

A INTRODUCCIÓN DA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA EN GALICIA NO ANO 2016

Introdución. A alimentación complementaria foi definida pola Organización Mundial da Saúde (OMS) como "o proceso que comeza cando o leite materno por se mesmo non é abondo para cumprir cos requirimentos nutricionais dos nenos" polo tanto "outras comidas ou líquidos son necesarios, xunto co leite materno"¹. Desta definición despréndese que, para a OMS, calquera tipo de alimentación que non sexa lactación materna é considerada como alimentación complementaria, polo tanto todos aqueles nenos que reciban fórmulas de inicio xa iniciaron a alimentación complementaria.

A Sociedade Europea de Gastroenteroloxía pediátrica, Hepatoloxía e Nutrición (ESPGHAN), tanto no seu posicionamento do ano 2008² como no publicado en xaneiro de 2017³, e da cordo coa Autoridade Europea en Seguridade Alimentaria (EFSA), modifica a definición de alimentación complementaria da OMS é refírese a ela como toda alimentación que inclúa sólidos ou líquidos que non sexan o leite materno ou os leites en fórmula.

A alimentación complementaria supón a transición entre a alimentación exclusiva con leite (período de lactación) cara a alimentación de adulto modificada, e responde ao cambio das necesidades nutricionais do neno relacionadas co crecemento e desenvolvemento que suceden na etapa infantil. A temporalización destes períodos, relacionados con cambios na alimentación, responde tanto a características propias da idade, entendidas coma maduración funcional, como a cambios nas necesidades enerxéticas e aos hábitos culturais. É importante coñecer cando e como se deben producir estes cambios na alimentación, xa que adiantos ou atrasos nos mesmos poden afectar á saúde do neno tanto a curto prazo como ao longo da súa vida.

As recomendacións sobre cando e como introducir alimentos diferentes ao leite na etapa infantil, i.e. sobre a introdución da alimentación complementaria, varían entre países. Con todo, na meirande parte deles séguense as recomendacións dos principais organismos internacionais, como a OMS, ou das sociedades de pediatría locais ou nacionais.

En España, a Asociación Española de Pediatría segue as recomendacións da OMS, e en relación co período de lactación é clara; así establece que a lactación materna debe ser exclusiva ata os 6 meses de idade, momento no que se introduce a alimentación complementaria xunto co leite materno, prolongándose o aleitamento ata como mínimo os 2 anos de idade; no caso dos nenos alimentados con leite de fórmula valoran a introdución da alimentación complementaria aos 4 meses⁴.

En contraposición coa OMS, a ESPGHAN recomenda que a alimentación complementaria non sexa introducida antes dos 4 meses, tamén definidos como 17 semanas ou comezo do quinto mes de vida, nin despois dos 6, que fai referencia ás 26 semanas ou ao comezo do sétimo mes de vida³. A ESPGHAN diminúe a idade de inicio da alimentación complementaria aos 4 meses apoiándose en que as funcións gastrointestinais e renais xa son maduras abondo, nas habilidades motoras e na falta de evidencia que apoie que a lactación materna exclusiva aporte os requirimentos nutricionais para a totalidade dos nenos.

A pesares de que hai moitos estudos que valoran, mes a mes de vida do neno, a prevalencia de lactación materna, hai poucos que fagan o mesmo coa alimentación complementaria. No momento da realización deste informe en Galicia, a Dirección Xeral de Saúde Pública non tiña establecidas recomendacións en relación coa introdución da alimentación complementaria; estas pasaban pola recomendación individual que fai o pediatra apoiándose na evidencia dispoñible e nos informes de organismos internacionais e das Sociedades Científicas.

O obxectivo deste traballo é describir cando e como se introduce a alimentación complementaria entre os nenos galegos de 4 a 16 meses, estimar o grao de cumprimento das recomendacións da OMS e da ESPGHAN e identificar as características relacionadas co non cumprimento das recomendacións vixentes.

Métodos

Fonte dos datos: enquisa do ano 2016 do Sistema de Información sobre Condutas de Risco para a saúde (SICRI), que tivo dúas poboacións obxectivo: (1) as mulleres de 18 anos e máis residentes en Galicia que deron a luz un fillo entre o 1 de setembro de 2015 e o 31 de agosto de 2016 (N=18.822) e (2) os nenos nados en Galicia nese período (N=19.204).

A mostra seleccionouse mediante unha mostraxe bietápica estratificada, tomando como marco de mostraxe o rexistro do Programa de detección precoz de enfermidades endócrinas e metabólicas no período neonatal. Na primeira etapa seleccionouse unha mostra aleatoria de nais, estratificada por idade (18-24; 25-29; 30-34, 35-39; 40 e máis) e, na segunda etapa, incluíronse os fillos destas nais seleccionando aleatoriamente un neno por nai nos casos de parto múltiple.

A entrevista foi telefónica asistida por ordenador, e o cuestionario incluíu preguntas sobre a muller (referidas aos 6 meses anteriores a saber que estaba embarazada, ao embarazo, ao parto e ao momento da entrevista) e sobre o neonato (referidas ao momento do parto e ao momento da entrevista).

Cumprimento das recomendacións: defínese o cumprimento das recomendacións da OMS en canto á introdución da alimentación complementaria como: non ter introducido ningún alimento, agás o leite materno ou o de fórmula, antes dos 6 meses e telo introducido antes dos 7; en canto á introdución do leite de vaca defínese cumprimento como: non ter introducido o leite de vaca antes dos 12 meses.

Defínese o cumprimento das recomendacións da ESPGHAN en canto á introdución da alimentación complementaria como: non ter introducido ningún alimento, agás o leite materno ou o de fórmula, antes dos 4 meses e telo introducido antes dos 7 meses; en canto á introdución do leite de vaca defínese cumprimento como: non ter introducido o leite de vaca antes dos 4 meses e non telo introducido como bebida principal antes dos 12 meses. Neste último caso débese ter en conta que bebida principal aproxímase como tomar leite de vaca de forma exclusiva; así defínese como cumprimento que o neno non tome leite de vaca e, se o toma, reciba ademais leite materno ou de fórmula.

Prevalencias: na entrevista preguntóuselle ás nais se o seu fillo tomaba ou tomara algunha vez lactación materna, papas sen glute, pan ou purés de froita, verduras, carne ou peixe. No caso de resposta afirmativa obtíñase información sobre a idade á que os tomara por primeira vez. Con esta información, para cada idade X dende o nacemento ata os 16 meses estimouse a porcentaxe de nenos con alomenos X meses que xa tomaran estes alimentos aos X meses ou antes desa idade. Preguntóuselles tamén se o neno tomaba ou tomara leite de vaca. Amósanse estas porcentaxes e acompañanse de intervalos de confianza do 95% (IC95%) entre parénteses.

Factores asociados: Para a análise dos factores asociados ao non cumprimento das recomendacións en canto á introdución da alimentación complementaria antes dos 7 meses, consideráronse como posibles factores asociados ao non cumprimento os seguintes:

Da nai: grupo de idade (no momento do parto); nivel de estudos; situación laboral no momento do parto; estado civil; país de nacemento; consumo de tabaco, cumprir coas recomendacións de dieta antes e durante o embarazo, realizar exercicio físico habitual antes e durante o embarazo, ser primípara, asistir a clases de preparación ao parto e recibir información durante as revisións do neno sobre a importancia da lactación materna.

Do neno: asistencia á gardería antes dos 6 meses e lactación materna.

Para cada característica da nai ou do neno, que a priori poderían estar relacionadas co non cumprimento das recomendacións de introdución da alimentación complementaria, estimouse a OR de non cumprimento mediante un modelo de regresión loxística, e finalmente axustouse un modelo conxunto no que se incluíron as variables con $p < 0.2$. As OR preséntanse con IC 95%.

Débese ter en conta que a OMS centra as súas recomendacións de alimentación complementaria nos nenos alimentados con lactación materna, mentres que a ESPAGHAN refírese tanto aos nenos alimentados con leite materno coma con fórmula.

Limitacións referidas aos datos deste estudo que afectan a esta análise:

- 1.- Imposibilidade para diferenciar lactación materna exclusiva e mixta.
- 2.- Falta de información sobre se o leite de vaca era a bebida principal.
- 3.- Imprecisión dos momentos temporais, xa que non se dispón da información temporal en semanas, senón en meses. Así defínense os meses de introdución dos alimentos como mes ou mes+1.

A análise das recomendacións e do non cumprimento restrínxese aos nenos que tiñan 6 meses ou máis no momento da entrevista.

Este estudo realizouse seguindo as normas de boa práctica e a Declaración de Helsinki, de forma que se solicitou e obtívose consentimento expreso verbal da muller enquisada.

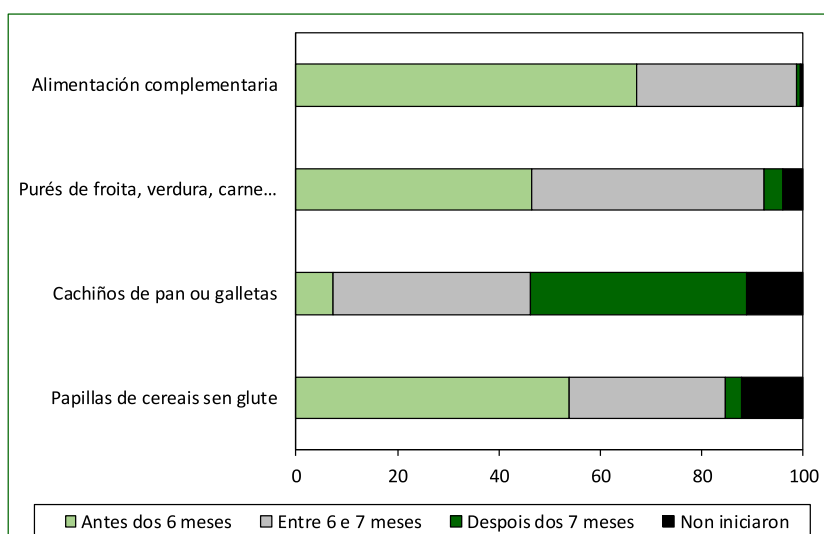
Resultados. O SICRI 2016 incluíu 6.436 nenos nados vivos en Galicia no período a estudo (1 de setembro de 2015 a 31 de agosto de 2016) e que tiñan entre 3 e 16 meses no momento da enquisa. Destes, 4.875 teñen máis de 6 meses.

O 31'4% (30'0-32'8) dos nenos galegos de máis de 6 meses cumpren coas recomendacións da OMS en canto a cando introducir a alimentación complementaria, i.e neste estudo alimentos diferentes ao leite materno ou fórmula. O 67'3% (65'9-68'7) dos nenos toman outros alimentos diferentes ao leite antes dos 6 meses. Así, o 54'0% (52'5-55'5) xa introducira os cereais sen glute, o 46'5% (45'0-48'0) purés de froita, verdura, carne ou peixe; e o 7'3% (6'5-8'0) cachiños de pan (Figura 1).

Do 68'6% (67'2-70'0) dos nenos galegos de máis de 6 meses que non cumpriron as recomendacións da OMS, na meirande parte, 98'1% (97'6-98'6), o non cumprimento débese á introdución doutro alimento diferente ao leite, materno ou fórmula, antes dos 6 meses (Figura 1).

Figura 1.- Introducción da alimentación complementaria en xeral (alimentación complementaria) e en función do alimento introducido, por grupos de idade en meses.

Cumpren a recomendación OMS en canto á introdución da alimentación complementaria os que a introducen entre os 6 e 7 meses.



O 95'8% (95'2-96'4) dos nenos galegos de máis de 6 meses seguen as recomendacións da ESPHGAN en canto a cando introducir a alimentación complementaria. O 2'9% (2'4-3'4) dos nenos toman outros alimentos diferentes ao leite antes dos 4 meses. Así, o 2'0% (1'6-2'4) xa introducira os cereais sen glute, o 0'6% (0'4-0'9) purés de froita, verdura, carne ou peixe; e o 0'5% (0'3-0'8) cachiños de pan. No 0'8% (0'5-1'1) dos nenos atrásase a introdución da alimentación complementaria máis alá dos 7 meses (Figura 2).

Do 4'2% (3'6-4'8) dos nenos galegos de 6 meses en diante que non seguiron as recomendacións da ESPHGAN, na meirande parte, 69'0% (62'0-76'0), o non cumprimento débese á introdución doutro alimento diferente ao leite, materno ou fórmula, antes dos 4 meses.

En canto á introdución da alimentación complementaria, na figura 3 obsérvase que antes dos 4 meses o 2'9% (2'5-3'3) dos nenos galegos estaban recibindo alimentación complementaria. Iniciaran a alimentación

son de declaración obrigatoria urxente ao SAEG todos os casos de enfermidade con:
Febre > 38º C, exantema máculo-papular e: tose ou rinite ou conxuntivite.

con cereais sen glute antes dos 4 meses o 2'1% (1'7-2'4), probaran o pan o 0'6% (0'4-0'7) e, a mesma porcentaxe, 0'6%, xa iniciaran os purés de froita, verdura, carne ou peixe.

Figura 2.- Introducción da alimentación complementaria en xeral (alimentación complementaria) e en función do alimento introducido, por grupos de idade en meses.

Cumpren a recomendación da ESPGHAN en canto á introdución da alimentación complementaria aqueles que a introducen entre os 4 e 7 meses.

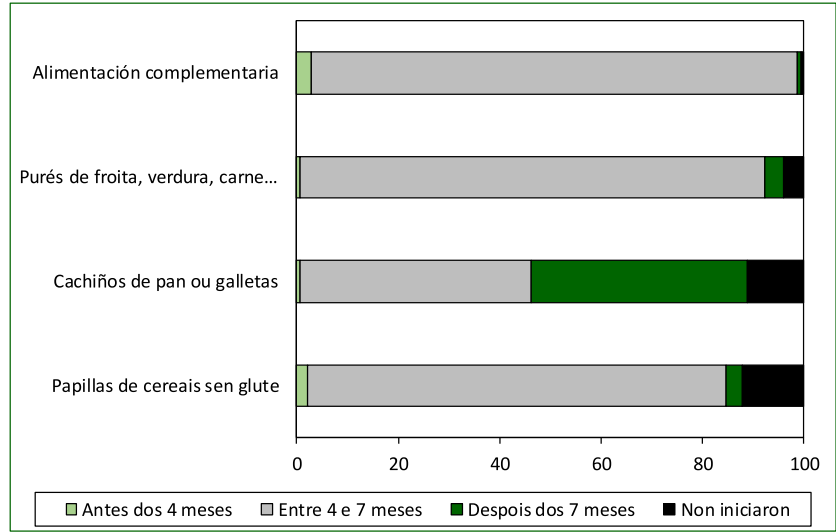
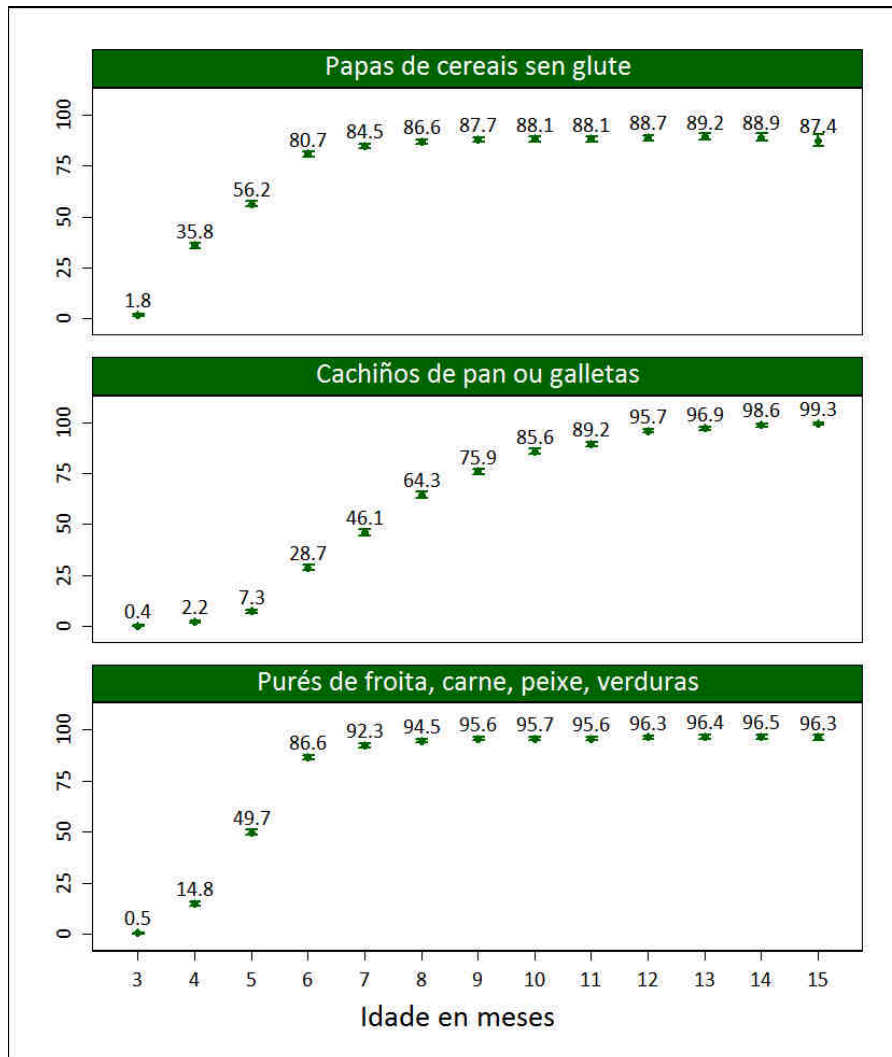


Figura 3.- Frecuencia (en porcentaxe), cos seus IC95%, da introdución da alimentación complementaria mes a mes de idade en función do alimento introducido

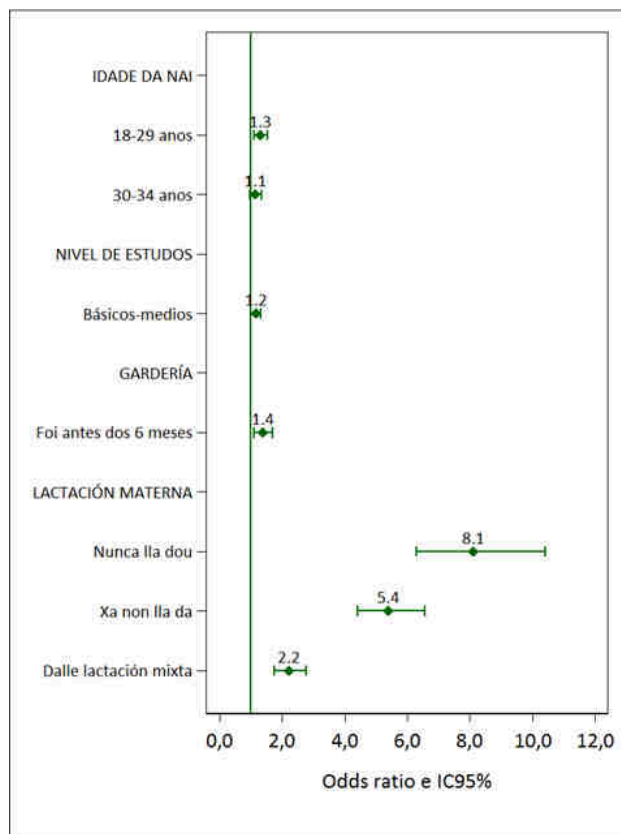


Aos 4 meses o 36% dos nenos xa tomaran papas de cereais sen glute, porcentaxe que supera o 80% aos 6 meses. A introdución das purés de froita, verdura, carne ou peixe parece posterior á dos cereais sen glute, así aos 4 meses o 15% dos nenos xa os tomara, se ben aos 6 a porcentaxe supera o 85% e a os 7 meses o 90%.

En relación cos cereais con glute, non se pode estimar cando foron introducidos, xa que na enquisa non se preguntou directamente por eles. En cambio preguntouse por darlle ao neno cachiños de pan ou de galletas, proxys do consumo de glute, xa que se partiu da crenza de que aos nenos dábaselle para chupar anacos de pan dende ben novos. Antes dos 6 meses de idade é infrecuente que aos nenos se lles dean pan ou galletas e non é ata os 10 meses cando a porcentaxe de nenos que toma pan ou galletas supera o 80% (Figura 3).

Figura 4.- Características que se asocian co non cumprimento da recomendación da OMS orientado á introdución da alimentación complementaria aos 6 meses de idade.

Modelo final da regresión loxística.



En relación co leite de vaca destaca que antes dos 6 meses tomar leite de vaca era unha práctica anecdótica, e só o 0'8% (0'3-1'4) tomábana ou tomáрана. Entre os 7 e 11 meses esta prevalencia pasa a ser do 3'7% (2'9-4'5) e despois dos 12 meses do 35'5% (33'3-37'3).

O 0'2% (0'1-0'3) dos nenos de menos de 12 meses (supón 11 nenos de 4.144) tomaban leite de vaca como bebida principal; a partir dos 12 meses esta porcentaxe era do 11'2% (9'9-12'6).

Caracterizar o non cumprimento das recomendacións de ESPGHAN non é posible, xa que a porcentaxe de non cumpridores non chega ao 5%. Deste xeito, a análise límitase á caracterización do non cumprimento das recomendacións da OMS en canto á introdución da alimentación complementaria antes dos 6 meses.

Na análise bivariante previa, realizada co obxectivo de identificar as variables relacionadas co non cumprimento das recomendacións da OMS, achouse relación con diferentes variables demográficas referidas á nai: grupo de idade, país de nacemento, ámbito de residencia, nivel de estudos; con variables relacionadas coa conduta da nai: cumprimento das recomendacións de dieta, realizar exercicio físico de forma habitual, consumo de tabaco; con variables relacionadas cos cuidados ao neno: lévalo á gardería antes dos 6 meses e lactación materna; e con variables relacionadas co sistema sanitario: promoción da lactación materna por parte dos profesionais sanitarios nas revisións do neno. Diferentes variables como a

situación laboral da nai cando naceu o neno, o estado civil, ser primípara ou asistir a clases de preparación ao parto non mostraron relación co non cumprimento das recomendacións (datos non amosados).

No modelo multivariante final, identifícase que o non cumprimento das recomendacións da OMS é máis probable entre as nais que nunca deran lactación materna (OR=8'1), que levaron ao neno á gardería antes dos 6 meses (OR=1'4) e entre as que teñen nivel de estudos básico ou medio (OR= 1'2). Ademais, a probabilidade de non cumprimento diminúe coa idade, así ao comparar as mulleres de 30-34 e de 18 a 29 coas de máis de 34 anos as OR de non cumprimento son de 1'3 e de 1'1, respectivamente (Figura 4).

Conclusión. Aos 6 meses de idade ter introducido a alimentación complementaria é unha práctica frecuente en Galicia. O primeiro alimento que se introduce como alimento complementario son os cereais sen glute. A introdución do leite de vaca antes dos 11 meses non o é habitual.

De xeito xeral compre salientar que entre os nenos galegos o cumprimento das recomendacións da ESPGHAN en relación co momento de introdución da alimentación complementaria é case universal e que ademais comparten uns hábitos, tanto no tipo de alimento introducido coma no momento de introdución, moi semellantes.

Se o que se valora é o cumprimento da recomendación da OMS en canto a cando se introduce a alimentación complementaria compre salientar que o cumprimento é baixo. Este feito débeno ter en conta tanto a administración sanitaria como os pediatras.

Referencias.

- ¹ World Health Organization. Complementary Feeding: Report of the Global Consultation, and Summary of Guiding Principles for complementary Feeding of the Breastfed Child; WHO: Genova, Switzerland, 2002.
- ² Fewtrell M et al. Complementary Feeding: A Position Paper by the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN) Committee on Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr* 2017; 64: 119-32.
- ³ Fewtrell M et al. Complementary Feeding: A Position Paper by the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN) Committee on Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr* 2017; 64: 119-32.
- ⁴ Asociación Española de Pediatría. Recomendaciones de la sobre la alimentación Complementaria. Consultado el 19 de diciembre de 2018. Disponible en: [ligazón](#).