

CHISPITAS NUTRICIONALES PARA NIÑOS



CARENCIA DE VITAMINA A Y HIERRO

El hierro y la vitamina A son los micronutrientes cuya carencia presenta la mayor carga de morbilidad, particularmente en los países en desarrollo. Los lactantes y los niños son los grupos más vulnerables a la desnutrición por carencia de micronutrientes, dadas las grandes cantidades de vitaminas y minerales que necesitan para hacer frente a su rápido crecimiento y desarrollo. Las dietas basadas predominantemente en alimentos de origen vegetal aportan cantidades insuficientes de micronutrientes claves para satisfacer las cantidades recomendadas de nutrientes en el grupo de 6 meses a 5 años de edad. La inclusión de alimentos de origen animal para cubrir el desequilibrio nutricional repercute sobre el costo y puede no ser práctico para los grupos de ingresos más bajos. Si bien no existen estimaciones mundiales de la carencia de vitaminas y minerales específicamente en niños menores de 2 años, la carencia de vitamina A afecta a 190 millones de preescolares en todo el mundo y 293 millones de niños del mismo grupo de edad presentan anemia. Hasta la fecha no se han publicado estimaciones directas de carencia de zinc para ningún grupo de edad, pero se cree que puede estar tan generalizada como la ferropenia.

Fuente: OMS directriz: uso de micronutrientes en polvo para la fortificación domiciliar de los alimentos consumidos por lactantes y niños.



Los lactantes y los niños son los grupos más vulnerables a la desnutrición por carencia de micronutrientes, dadas las grandes cantidades de vitaminas y minerales que necesitan para hacer frente a su rápido crecimiento y desarrollo.

La fortificación domiciliar de alimentos con micronutrientes en polvo se ha propuesto como alternativa para incrementar la ingesta de vitaminas minerales en niños de 6 a 23 meses de edad.

Se calcula que la carencia de vitamina A afecta a 190 millones de preescolares en todo el mundo y que 293 millones de niños del mismo grupo de edad presentan anemia.

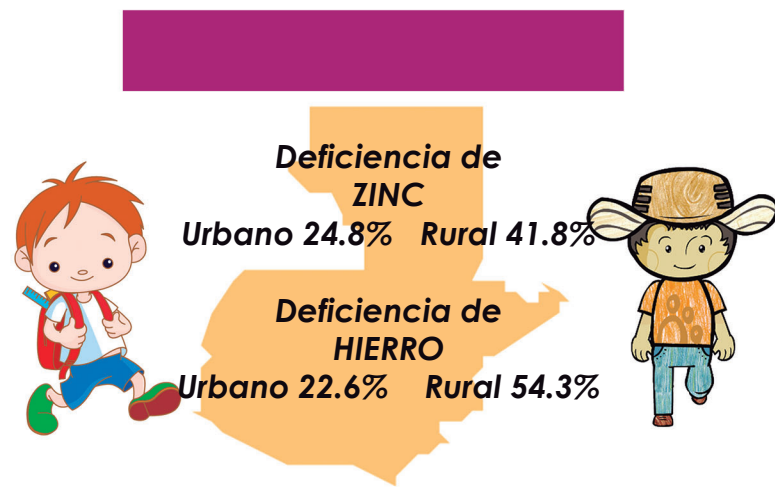
FORTIFICACIÓN DOMICILIARIA O FORTIFICACIÓN EN EL HOGAR

La fortificación domiciliar de alimentos con micronutrientes en polvo se ha propuesto como alternativa para incrementar la ingesta de vitaminas y minerales en niños de 6 meses a 5 años de edad. Esta intervención consiste en la adición de una mezcla de micronutrientes en forma de polvo a cualquier alimento semisólido. La mezcla se presenta en sobres de uso único, cuyo contenido sencillamente se espolvorea sobre el alimento antes de su consumo. Con esta intervención, los alimentos pueden enriquecerse tanto en casa como en cualquier otro lugar donde se vayan a consumir (por ejemplo, escuelas o campos de refugiados); por ello, también se conoce como "fortificación en el lugar de consumo".

ESTADO DE MICRONUTRIENTES EN GUATEMALA

De acuerdo a la última Encuesta Nacional de Micronutrientes, ENMICRON 2009-2010, la prevalencia de la deficiencia de zinc es severa en todas las regiones del país, tanto en el área urbana como rural (24.8% y 41.8%), representando un problema severo de salud pública.

Para el caso del hierro, indica que la deficiencia de este mineral es un problema importante de salud pública, ya que las prevalencias son del 22.6% en el área urbana y 54.3% en el área rural.



Fuente: Encuesta Nacional de Micronutrientes, ENMICRON 2009-2010.

CHISPITAS NUTRICIONALES PARA NIÑOS

QUE SON LAS CHISPITAS NUTRICIONALES

Son sobres de micronutrientes que contienen una mezcla de vitaminas y minerales en polvo para mezclarse fácilmente con la comida, fortificándola de una manera rápida e innovadora.

Cada sobre de 1 gramo contiene:

NUTRIENTE	Cantidad por porción	% RDD
Vitamina A, µg	300	100 (*)
Vitamina C, mg	30	120 (**)
Acido Fólico, µg	162	135 (*)
Hierro, mg (baja biodisponibilidad)	12.6	90 (*)
Zinc, mg (baja biodisponibilidad)	5.1	110 (*)

*: Requerimientos Dietéticos Diarios (RDD) INCAP 2012 para niños de 1-3.9 años

** : Requerimientos Dietéticos Diarios (RDD) INCAP 2012 para niños de 4-6 años.

POR QUÉ DEBEN CONSUMIRSE LAS CHISPITAS NUTRICIONALES?

Debido a la falta de alimentos ricos en nutrientes en la dieta de los niños y niñas y a la gran cantidad de vitaminas y minerales que necesitan para hacer frente a su rápido crecimiento y desarrollo, es necesario complementar la alimentación con micronutrientes claves para el desarrollo del niño o niña.

QUÉ BENEFICIOS TIENEN LAS CHISPITAS NUTRICIONALES?

- Hierro: Previene y/o combate la anemia.
- Zinc: Mejora el crecimiento y el desarrollo.
- Vitamina C: Mejora las defensas del organismo y ayuda a controlar las infecciones.
- Vitamina A: Ayuda en el desarrollo de la visión y los huesos y a prevenir enfermedades.
- Ácido Fólico: Fortalece el ADN y ayuda en el crecimiento y el desarrollo.

QUIÉNES DEBEN CONSUMIR LAS CHISPITAS NUTRICIONALES?

Todos los niños de 6 meses en adelante que presenten baja talla, bajo peso, falta de apetito, anemia o que la dieta no esté cubriendo sus requerimientos nutricionales.

FORMAS DE USO

Espolvoree el contenido de un sobre en una pequeña porción de comida blanda o semiblanda, justo antes de servirse. La comida debe estar lista para dársela al niño. Evite calentar nuevamente la comida.

No debe agregar Chispitas Nutricionales a alimentos líquidos como sopas, jugos, refrescos o leche ya que se formarán grumos y no se disolverá adecuadamente.

Cada caja contiene 30 sobres de 1 gramo.

RECOMENDACIONES DE USO

Consumir un sobre diario.

