



El recién nacido debe ser fruto del amor, merece respeto y mucho cariño.

Como el desarrollo normal del bebé y la salud de la madre dependen del buen estado nutricional, la mujer, en el período de gestación, debe consumir una dieta rica en valores nutritivos evitando ingerir sustancias que pueden repercutir desfavorablemente en la formación del niño, como alcohol, cigarrillo y todo tipo de droga que no sea controlada por un médico.

El consumo de alcohol, durante la gestación, se ha vinculado con un mayor riesgo de aborto, así como con anomalías congénitas y bajo peso al nacer. El hábito de fumar aumenta el riesgo de abortos espontáneos, de muerte intrauterina y de muerte poco después del parto, naciendo con los latidos cardíacos alterados y una dependencia de la nicotina, necesitando una desintoxicación. Se ha demostrado que los hijos de las fumadoras nacen con un número menor de neuronas que los hijos de las no fumadoras. El consumo de drogas sin prescripción médica o de sustancias tóxicas (psicoactivas) puede crear lesiones irreversibles porque éstas pasan fácilmente de la madre a través de la placenta al bebé.

Mientras el niño está en el vientre materno, tiene la capacidad de percibir gran variedad de estímulos que provienen del mundo exterior, por eso es bueno que se realice la estimulación temprana: que la madre hable con su hijo, que le cante y le mande mensajes de amor constantemente.

Sin querer entrar en demasiadas, largas y científicas discusiones, veamos como se encuentra el feto o niño, como se quiera llamar, cuando él se halla en el útero: tiene todo: hierro, calcio, fósforo, cobre, cobalto, vitaminas, hormonas, proteínas, aminoácidos, etc., en cantidades más que suficientes que le son entregados generosamente por la madre y lo siniestro para este niño es que, al nacer, encuentra Pediatras muy científicos que lo privan de casi todo con toda clase de pseudoteorías y falacias inaceptables representadas principalmente, por una dieta sólo láctea, durante los seis primeros meses que es el período de mayor importancia para el desarrollo cerebral.

En el último mes de embarazo y durante los primeros seis meses de edad, son mayores los requerimientos de hierro, aminoácidos, vitaminas y minerales, pues en esta etapa se presenta la mayor actividad celular cerebral, lo que quiere decir que en este tiempo se está formando este órgano tan importante y por lo tanto es más vulnerable a la carencia de nutrientes. La leche materna sólo cuenta con 0,01 a 0,03mg% de hierro, o sea, nada, es entonces, que pregunto: ¿Cómo puede un niño recibir un alimento tan pobre en hierro y otros elementos y no ser un anémico o un desnutrido? Científicamente no se puede aceptar la anemia normal del recién nacido.

Las investigaciones del Dr. Baggs muestran la importancia del hierro y cómo su carencia en la dieta y en el organismo se traduce en disminución de las defensas (*1)

(*1) Iron Deficiency-Scientific American: October 1991:46-52

Los destrozos, perjuicios, retardos e interferencias metabólicas causadas por la carencia o disminución de los niveles de hierro en el organismo, anemias muy ligeras y más aún, ferropenias suaves, difíciles de diagnosticar, causan disturbios enzimáticos de letales consecuencias para el cerebro del recién nacido. La ferropenia produce una baja en las defensas, alteraciones metabólicas y lesiones cerebrales en estos niños en formación quitándoles, aunque sea de buena fe, toda posibilidad de ser un individuo normal e inteligente.

El Hierro y el Zinc, el Magnesio y el Manganeso aparecen según investigaciones recientes como metales preciosos para el organismo y que entran en la composición de muchas enzimas que posibilitan las reacciones químicas del cuerpo. La enzima Mieloperoxidasa es ejemplo de esto; sin ella el glóbulo blanco, defensa del organismo, no puede ejercer su acción bactericida pues la requiere para producir los radicales libres de oxígeno que inducen esta acción. Como este, hay miles de procesos que se ven alterados o interrumpidos por la carencia de los elementos necesarios para que el niño pueda fabricar sus defensas. Otro ejemplo es la Monoamino-oxidasa, compuesta de hierro y aminoácidos, sin la cual se alteran todos los procesos de los neurotransmisores (Dopamina, Serotonina, Epinefrina, Nor-epinefrina, entre otros) que son sustancias responsables de la transmisión de los estímulos nerviosos. Al alterarse estos procesos, se deteriora el desarrollo del Sistema Nervioso Central.



Se probó, en la Universidad de Israel, que la proliferación celular cerebral se perjudica notoriamente por la carencia en estos elementos. Gail Sforza Brewer sostiene en su libro "Lo que toda mujer debe saber: La verdad acerca de la dieta y las drogas en el embarazo", que la división celular cerebral es más rápida y por eso más vulnerable desde el último mes de embarazo hasta la edad de 5 meses. El cerebro humano jamás volverá a tener tan increíble proliferación de nuevas células. Los millones de neuronas (células que analizan y procesan la información) se forman antes y después del nacimiento y una nutrición inadecuada para el bebé, el consumo de alcohol, el uso de cigarrillo o drogas psicoactivas durante el período de gestación y post-parto causará un déficit permanente e irreversible en el número de células que componen el cerebro infantil.

LA LECHE MATERNA ES POBRE EN PROTEINAS

La proteína, otro elemento indispensable y necesario, es escaso en la leche materna; su contenido de 1,5g % no llena medianamente las necesidades del recién nacido, si además sabemos que sólo 0.7 grs son asimilables pues el resto son lactoferrinas e inmunoglobulinas. Se supone que un niño requiere 3g de proteína por kilo al día, para cubrir sus necesidades; esto, claro está, teniendo como base un crecimiento de 2 cm por mes. Los niños con mi dieta están creciendo entre 6 y 8 cm por mes y hasta 16 cm en los 2 primeros meses, lo que requiere un mayor suministro de proteínas, vitaminas y minerales y demuestra que si los niños no crecen más con la dieta láctea es porque no les damos la oportunidad.

La proteína debe ser administrada generosamente al niño, en cantidades que superen los 8 o 10 gramos por kilo de peso para que el recién nacido pueda tener un sistema enzimático e inmunológico normal y además aporte suficiente material para la formación de nuevos tejidos.

LA LECHE MATERNA CARECE DE FIBRA

La fibra es un elemento esencial en la luz intestinal, pues favorece el peristaltismo y además de muchas otras ventajas que sería largo enumerar, evita los pavorosos cólicos considerados normales por algunos y que generan un aumento de la presión intra-abdominal, intra-torácica e intra-craneana y cuyas repercusiones aún no se han estudiado. Los cólicos se han venido tratando, erróneamente, con antiespasmódicos que calman los síntomas, pero agravan la situación real del niño. Estos cólicos son llamados, en pediatría, **CÓLICOS NORMALES**.

Investigaciones recientes muestran que una dieta sin fibra produce atrofia de las vellosidades de la mucosa intestinal, que se traduce en alteraciones de su funcionamiento anulando la absorción de nutrientes y desencadenando procesos de desnutrición, diarrea, deshidratación y desequilibrio electrolítico. Esta atrofia de las vellosidades intestinales trae además una catástrofe inmunológica. El niño debe recibir una dieta rica en fibra soluble e insoluble desde el día de su nacimiento para poder desarrollar un tracto digestivo con hábitos y funcionamiento normales.

La fibra tanto soluble como insoluble es vital para la conservación y proliferación celular de las vellosidades intestinales y la mucosa intestinal. La ausencia de fibra en la dieta provoca una atrofia de las vellosidades intestinales y alteraciones en la mucosa intestinal que favorecen la traslocación bacteriana y deteriora el proceso de absorción de todos los nutrientes.

No podemos olvidar la importancia de todos los procesos inmunológicos que se llevan a cabo en la mucosa intestinal y que se ven alterados o suprimidos, produciendo una catástrofe inmunológica como consecuencia de la dieta sin fibra y carente de nutrientes (dieta solo láctea)

“La superficie normal del tracto digestivo esta entre 100 y 300 mts cuadrados, lo que quiere decir que es una superficie de extrema importancia para la nutrición y además un campo de batalla enorme si tenemos en cuenta que el tracto digestivo esta habitado por millones de bacterias que solo esperan una baja en las defensas para invadir el organismo. Investigaciones recientes demuestran que cerca de un 70% del sistema inmunológico depende del desarrollo y la salud de las vellosidades de la mucosa intestinal y en una dieta solo láctea la atrofia de estas importantísimas vellosidades es una catástrofe para el sistema inmunológico, el sistema enzimático y la nutrición.”



SOPA PARA BEBÉS
del Dr Jaramiño

¡Lo que debes Saber !



LA LECHE MATERNA ES POBRE EN MINERALES

La leche materna contiene, aproximadamente, 0,01 mg% de Hierro, cantidad ínfima si pensamos que los requerimientos diarios del niño superan los 50mg de hierro al día. El efecto anemizante de la dieta sólo láctea es irrefutable y conlleva alteraciones graves en todos los procesos enzimáticos e inmunológicos del niño. Se ha demostrado que la anemia del recién nacido desencadena una tirosinemia que va a producir daños irreparables en el cerebro. Las deficiencias en Hierro tienen suficiente documentación científica que demuestran los estragos que producen en el cerebro y el organismo en general, algunas de ellas irreversibles; aún conociendo esto se sigue hablando de anemia normal del recién nacido. Pacientes deficientes en Hierro mostraron, en varios experimentos, ser incapaces de mantener su temperatura corporal, encontrando un descenso en el consumo de oxígeno y un aumento en la excreción de Epinefrina en la orina.

Estudios recientes nos muestran que niños alimentados con dietas carentes de Vitamina B12 presentan retardo mental "proceso irreversible y definitivo" y todo niño en dieta solo láctea esta en una dieta libre de Vitamina B12.

La vitamina B12 solo se encuentra en la carne y unas algas marinas.

También en estudios recientes se encontró en estos niños de la dieta solo láctea, deficiencia de vitamina D, la leche carece de vitamina D por lo cual es importante el suministro de esta sustancia.

Todo lo que he venido diciendo durante los últimos 40 años va apareciendo pero poco a poco y este iceberg empieza a mostrar toda su magnitud.

LA NUTRICIÓN INFANTIL ACTUAL BASADA EXCLUSIVAMENTE EN LECHE ES UN DESASTRE Y SE CONSTITUYE EN LA MAYOR VIOLACIÓN DE LOS DERECHOS DE UN NIÑO.

El deterioro de las enzimas, más de 350 metaloenzimas conocidas, más de 5 mil enzimas identificadas, una fuerte sospecha de que pueden superar las 50 mil y el deterioro mental causado por la carencia de hierro, otros metales, proteínas y vitaminas es lamentablemente irreversible y doloroso. Estamos privando al mundo de lo que éste más necesita: Inteligencias.

El Zinc, metal precioso para el organismo, es difícilmente medible en la leche y, por lo tanto, su deficiencia en la dieta del niño trae alteraciones enzimáticas profundas. Lo mismo sucede con otros metales como el cobre, el cobalto, el magnesio, el manganeso, etc.

LA LECHE MATERNA ES POBRE EN VITAMINAS

La leche materna en 100 cc contiene 152 unidades de vitamina A , 1 mg de vitamina C, no contiene o lo hace en cantidades imposibles de medir de vitamina E, lo que lleva al niño a quedar desprotegido de la acción nociva de los radicales libres de Oxígeno, exponiendo el niño a los peligros de alteraciones celulares graves y además a la oxidación de las lipoproteínas de baja densidad que, al ser oxidadas por la deficiencia de vitamina E, se convierten en materia fagocitable por los macrófagos que se convierten, por esto, en células espumosas y éstas al infiltrarse en la pared arterial, inician una placa de arterio-esclerosis. En autopsias realizadas en soldados americanos muertos en la guerra del Vietnam, llamó poderosamente la atención los procesos avanzados de arterio-esclerosis en muchos de estos jóvenes, lo que demuestra la veracidad de lo anteriormente expuesto.

En la India se realizó un estudio comparativo con dos grupos de 16 mil recién nacidos cada uno y cuya única diferencia fue la adición de vitamina A, a uno de ellos. El grupo que recibió la vitamina A mostró una incidencia bajísima de enfermedades respiratorias.

Las otras vitaminas, también son escasas en la leche materna y no llenan los requerimientos diarios del recién nacido.

Las vitaminas del complejo B se encuentran en cantidades que oscilan entre los 4 y 44 milésimas de miligramos. La vitamina D no se puede cuantificar.



LA LECHE MATERNA ES POBRE EN DEFENSAS CONTRA LAS ENFERMEDADES

Los doctores Crompton y Neshum, encuentran que de las cuatro principales manifestaciones de malnutrición, la más importante es la proteino-energética, constituyéndose probablemente en el problema de salud más grave del mundo. Aseguran que cada año más de medio millón de niños pierden la vista por falta de vitamina A, dos tercios de ellos mueren a las pocas semanas, y otros seis o siete millones sufren formas moderadas de avitaminosis A(*2)

(*2) Crompton, David WT, Netsheim, M.C.S.I insidioso compañero de la malnutrición.

En Salud Mundial: Organo de difusión de la OMS. (1984), p.18.

LA LECHE MATERNA ES UNA DE LAS VIAS DE TRANSMISIÓN DEL SIDA

Otro importante problema es el de las anemias nutricionales, relacionadas con la insuficiencia de hierro y por último la carencia de yodo, que se ha convertido en un tipo importante de malnutrición.

En la práctica, los individuos malnutridos no pueden clasificarse en categorías tan estrictas, ya que con frecuencia padecen a un tiempo varias de las enfermedades mencionadas, cuyo origen puede estar determinado, por múltiples factores, que hacen el problema más complejo y de difícil solución.

En Alaska se vio que los niños anémicos resistían mal y casi siempre eran fatales los casos de meningitis, contrario a lo que se vio en los no anémicos. Experimentos hechos en Chicago con dos grupos de aproximadamente mil niños cada uno, a un grupo se le suministraron multivitaminas y al otro hierro y multivitaminas, encontrándose que en el grupo que recibió hierro presentó una muy baja incidencia de enfermedades gastrointestinales y respiratorias.

El desarrollo y renovación de la mucosa intestinal así como sus funciones de barrera infecciosa para evitar la translocación bacteriana dependen en un altísimo porcentaje de la cantidad de nucleótidos y nucleósidos existentes en el organismo que a su vez dependen de la buena nutrición y suministro de proteínas base de los aminoácidos.

Sabemos que la vida promedio de un glóbulo blanco, de un macrófago, etc., es menor de 12 horas y esto nuevamente nos lleva a la buena nutrición y suficiente suministro de proteínas base de los aminoácidos para poder renovar su sistema defensivo e inmunológico 2 veces al día.

Todas estas deficiencias en proteínas, vitaminas y minerales produce alteraciones, interrupciones y deterioro de muchísimos procesos metabólicos en el recién nacido, y especialmente el cerebro va a sufrir cambios y trastornos irreversibles e irreparables que se traducen en un bajo índice intelectual.

Como vemos, una dieta sólo láctea se convierte en un desierto que se acrecienta si hablamos de la gente de escasos recursos económicos que son la mayoría y que compran leches de tarro costosas, a las que en su afán de hacerlas rendir, terminan dándole casi sólo agua en el biberón, con las fatales consecuencias de desnutrición y retardo en el desarrollo cerebral que es irreversible e irreparable.

El Doctor Nevin Scrimshaw, en su artículo de Scientific American, hace un detallado y científico análisis de lo que la deficiencia de hierro produce en el cerebro. Datos que se corroboran en múltiples artículos de las principales revistas médicas mundiales y de connotados centros de investigación de importantes Universidades Americanas, como John Hopkins, Harvard, Cleveland Clinic, Universidad de California, etc.