

INTRODUCCIÓN

Los esfuerzos del gobierno cubano para proteger la salud infantil se manifiestan, tanto en los indicadores básicos relacionados con la supervivencia, como en todas las tareas encaminadas a dar sostenibilidad al desarrollo y calidad de vida alcanzados por los niños y las niñas, como se encuentra expresado en el Plan Nacional de Acción en Favor de la Infancia y la Adolescencia.¹⁻² Paralelamente a los resultados alcanzados en la reducción de la mortalidad infantil y la desnutrición, cada vez más, se incrementa el sobrepeso desde las edades tempranas lo cual obliga a fomentar los principios básicos para una alimentación saludable desde la etapa prenatal, por lo que, es necesario multiplicar estos esfuerzos y lograr una participación importante de la sociedad, especialmente las madres, la familia y la comunidad.

La estrategia mundial para la alimentación del lactante y el niño pequeño fue aprobada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 2002, apoyada por UNICEF*, FAO†, FNUAP‡ y otros organismos pertenecientes o no a las Naciones Unidas. La misma plantea como principios fundamentales la práctica de la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de edad y complementada hasta los 2 años, con la introducción de alimentos adecuados, nutritivos, inocuos y administrados, debidamente, a partir de los 6 meses, así como atención a la lactancia materna y alimentación de los niños en condiciones excepcionalmente difíciles.³

[Nota del Editor: La estrategia] Propone además la necesidad de promover las prácticas óptimas y el apoyo a las madres, las familias y la comunidad por parte de los estados y organizaciones afines, para que el derecho a la alimentación y nutrición saludable en los lactantes y niños pequeños se cumple.

Cuba participó en la Reunión Regional para la Estrategia Mundial de la Alimentación y Nutrición del Lactante y Niño Pequeño celebrada en Antigua Guatemala en mayo de 2001, desarrollando acciones como el fortalecimiento del Programa Nacional de Protección, Promoción y Apoyo a la Lactancia Materna y la propuesta de elaboración y aplicación de las *Guías Alimentarias* para la población infantil menor de 2 años.⁴

Las *Guías Alimentarias* facilitan una adecuada educación alimentaria, permiten una mejor utilización de los alimentos y contribuyen al establecimiento de hábitos y preferencias alimentarias que tendrán repercusión en una vida adulta más saludable.⁵

Los resultados de investigaciones en diferentes países de la región muestran que es factible la aplicación de guías alimentarias para niñas y niños menores de 2 años a partir de estudios de carácter nacional que permitan el conocimiento de la disponibilidad, el consumo de alimentos, las prácticas alimentarias y la identificación del estado nutricional, como base que fundamentan la elaboración de mensajes específicos y apropiados para el marco de referencia.⁶⁻¹⁷

* Nota del Editor: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

† Nota del Editor: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación.

‡ Nota del Editor: Fondo de Naciones Unidas para la Población.

En Cuba se han realizado diversas acciones para promover una alimentación adecuada en la población y se encuentran en fase de implementación las *Guías Alimentarias para la Población Cubana Mayor de 2 años*.¹⁸ No obstante, se considera que uno de los aspectos básicos para la alimentación y nutrición saludable es que las prácticas adecuadas se inician desde las primeras etapas de la vida y éstas contribuirán de forma importante a este objetivo.

La finalidad del presente documento es que el personal de salud al concluir el estudio del mismo esté en capacidad de:

- Describir las necesidades nutricionales de las niñas y los niños hasta los dos años de edad.
- Orientar a las madres y cuidadores sobre la relación que existe entre la lactancia materna exclusiva, la alimentación complementaria, el valor nutricional de los alimentos y las diferentes etapas de crecimiento de la niña(o).
- Desarrollar habilidades en el personal de salud para recomendar a las madres o cuidadores de las niñas(os) hasta los dos años de edad, la adecuada introducción y preparación de alimentos.
- Orientar la cantidad adecuada de alimentos para complementar la lactancia materna
- Orientar a las madres sobre la necesidad de fomentar buenos hábitos alimentarios en niñas y niños
- Orientar aspectos básicos de la higiene e inocuidad de los alimentos en el medio familiar con énfasis en los menores de 2 años de edad.