

UNICEF en acción – Alimentar a los niños y niñas día a día para que disfruten de una vida sana

Un niño bien alimentado tiene una madre sana y recibe amamantamiento exclusivo desde que nace hasta los seis meses de edad con el apoyo de un consumo diario de nutrientes de alta calidad que fomentan su crecimiento y su aprendizaje. Estos elementos esenciales dependen de una “red de seguridad” que incluye prácticas de alimentación sólidas en la familia, leyes, normas y sistemas, que se combinan para salvaguardar todos los derechos de la infancia a una buena nutrición.

Los programas de nutrición de UNICEF incluyen:



Proteger la salud de las madres: Las madres son la primera línea de defensa del niño contra la desnutrición. Si no reciben micronutrientes esenciales como el zinc, el yodo y el hierro (ácido fólico), las mujeres tienen más probabilidades de morir durante el embarazo y el parto y de dar a luz niños con peso inferior al normal, una causa importante de la mortalidad infantil. UNICEF distribuye suplementos de micronutrientes y facilita atención prenatal a las mujeres embarazadas y lactantes por medio de programas como la Iniciativa para evitar el bajo peso al nacer. En las comunidades pobres, UNICEF trata de abordar la discriminación y las cargas de trabajo que menoscaban la salud física y fisiológica de las mujeres. *Photo: UNICEF/HQ99-0632/Giacomo Pirozzi*



Promover el amamantamiento exclusivo: La leche materna exclusiva ofrece la nutrición y la protección de la salud ideales para los lactantes durante sus primeros seis meses de vida, ya que contiene todos los nutrientes, anticuerpos, hormonas, factores inmunológicos y antioxidantes que el pequeño necesita para crecer adecuadamente. UNICEF trabaja con los gobiernos, el sector de la salud y las familias a fin de establecer apoyo programático y comunitario para el amamantamiento exclusivo, proporcionar orientación y atención en materia de nutrición para las mujeres embarazadas y primerizas, apoyar a los hospitales y los centros de salud amigos de los niños, capacitar a los trabajadores de la salud y realizar un seguimiento de las tasas de crecimiento infantil. *Photo: UNICEF/HQ02-0330/Giacomo Pirozzi*



Eliminar el trastorno por carencia de yodo: La causa del trastorno por carencia de yodo es la falta de ciertas cantidades mínimas de yodo en el régimen alimentario diario y es el origen principal del retraso mental en la infancia, un problema que se puede evitar. UNICEF trabaja con sus aliados para eliminar la carencia de yodo por medio de la yodación universal de la sal casera. Esta campaña ha reducido a la mitad el número de países afectados por carencia de yodo durante los últimos 10 años. A comienzos de los años 1990, menos de uno de cada cinco hogares consumían sal yodada, mientras que la cobertura hoy en día ha aumentado a más de dos terceras partes (un 69%), un logro que protege contra este trastorno a 82 millones de recién nacidos. *Photo: UNICEF/HQ96-0643/Japp*



Prevenir la anemia (carencia de hierro): Alrededor de 2.000 millones de personas en todo el mundo sufren anemia, una de las principales causas de una serie de defectos cognoscitivos en los niños de corta edad y de la mortalidad derivada de la maternidad. Las niñas adolescentes y las mujeres embarazadas son especialmente

vulnerables a la anemia, lo que pone en peligro sus propias vidas y las de sus bebés. Alrededor de un 20% de las muertes derivadas de la maternidad en África y en Asia se deben a la anemia. UNICEF proporciona suplementos de hierro a las niñas adolescentes y las mujeres embarazadas, celebra campañas comunitarias de educación sobre la anemia y ofrece apoyo en la prevención del paludismo (una importante causa de la carencia de hierro). UNICEF ayuda también a los gobiernos y a los fabricantes de alimentos a enriquecer con hierro la harina que se emplea en el hogar. *Photo: UNICEF/HQ04-1258/Giacomo Pirozzi*



Salvar vidas mediante la administración de suplementos de vitamina A: La carencia de vitamina A afecta el sistema inmunológico, y aumenta el riesgo de los niños y niñas de morir a causa de enfermedades comunes de la infancia como el sarampión y la diarrea. También causa ceguera. Por lo menos 100 millones de

niños y niñas menores de 5 años sufren carencia de vitamina A, pero una dosis de suplementos de esta vitamina, administrada dos veces al año, puede reducir en un 22% las muertes relacionadas con la carencia. UNICEF proporciona un 95% de los suplementos de vitamina A que reciben los países en desarrollo y contribuye a su distribución durante las campañas de inmunización. UNICEF también educa a las familias sobre las fuentes naturales de vitamina A. Estos esfuerzos salvan por lo menos 300.000 vidas todos los años. *Photo: UNICEF/HQ04-1258/Giacomo Pirozzi*



Apoyo a la nutrición para niños y niñas afectados por el VIH/SIDA: La lucha contra el VIH/SIDA es una de las prioridades de UNICEF como organización, y una buena nutrición desempeña una función importante en esta tarea. Los programas de nutrición de UNICEF contribuyen a evitar la transmisión de madre a hijo del VIH durante el

amamantamiento, al proporcionar a las mujeres embarazadas orientación sobre la alimentación del lactante, prestar apoyo a las mejores prácticas de alimentación infantil en los hogares y los hospitales y promover normas sobre VIH para las mujeres no infectadas. UNICEF protege los derechos en materia de nutrición de las madres VIH-positivas y de sus hijos, así como de los niños y niñas huérfanos o que viven con un progenitor infectado por VIH. *Photo: UNICEF/HQ04-0167/Roger LeMoyné*



Para los niños y niñas en crisis, seguimiento del crecimiento, apoyo al amamantamiento y alimentación terapéutica suplementaria: Las situaciones de emergencia, como las sequías, el

hambre y la guerra, pueden causar un declive rápido y drástico en la situación nutricional del niño, especialmente cuando ya existían problemas de desnutrición. En algunos países, la pobreza y la privación crónicas hacen que todos los días sean una situación de emergencia para la infancia. Durante las situaciones de emergencia, UNICEF siempre es uno de los primeros organismos sobre el terreno, dedicado a resolver las necesidades nutricionales de los niños, salvando vidas y acelerando su recuperación. UNICEF presta apoyo a centros de alimentación que funcionan las 24 horas del día para niños y niñas gravemente desnutridos; estos centros están provistos de básculas, tallímetros y apoyo técnico. UNICEF presta ayuda a las madres para que mantengan el amamantamiento en tiempos de crisis, suministra alimentos especialmente enriquecidos y digeribles para menores de 5 años, proporciona suplementos alimentarios esenciales a las mujeres embarazadas y lactantes y distribuye alimentos entre los huérfanos. En colaboración con aliados como el PMA, UNICEF también ayuda a los hogares a encontrar alimentos adecuados a largo plazo.

Photo: UNICEF/HQ05-0636/Boris Heger