

La publicidad digital de fórmulas y alimentos infantiles influye en cómo alimentas a tu bebé y pone en riesgo su salud y la tuya.



¿ERES MAMÁ, PAPÁ O CUIDAS DE UN NIÑO O NIÑA MENOR DE DOS AÑOS?

¿Sabías que...?

- La lactancia materna es vital para garantizar el mejor comienzo de vida para todos los niños y las niñas, es la primera vacuna del bebé y la mejor fuente de nutrición. Reduce el riesgo de mortalidad infantil y de enfermedades tanto en el bebé como en la madre.¹
- La Organización Mundial de la Salud recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, y continuar con la lactancia materna durante dos años o más.
- La lactancia disminuye los costos de alimentación relacionados con la compra de fórmula y gastos médicos familiares, además de ayudar al medio ambiente.
- Una alimentación adecuada y saludable a partir de los 6 meses, que incluya variedad de tipos de alimentos frescos y naturales, favorece el óptimo desarrollo y hábitos de alimentación saludable.²

Existe un **Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna (Código)**, que protege la lactancia materna y **prohíbe la publicidad de fórmulas, leches y alimentos como jugos, cereales, mamilas y chupones que influye en tu decisión de cómo alimentar a tu bebé.**³ Se deben garantizar ambientes libres de cualquier tipo de publicidad de fórmulas y alimentos infantiles, **si la ves en un hospital o consultorio médico denúnciala ante la COFEPRIS al 01 800 033 5050.**

¡Cuidado con la publicidad digital fórmulas y alimentos infantiles! Las empresas usan los medios digitales para promocionar sus productos, y ponen en riesgo la salud y nutrición de tu bebé.⁴



- La publicidad de fórmulas y alimentos infantiles en internet y redes sociales utiliza mensajes y estrategias que te confunden sobre la mejor forma de alimentar a tu bebé y **obstaculizan tu decisión de amamantar y darle lo mejor.**



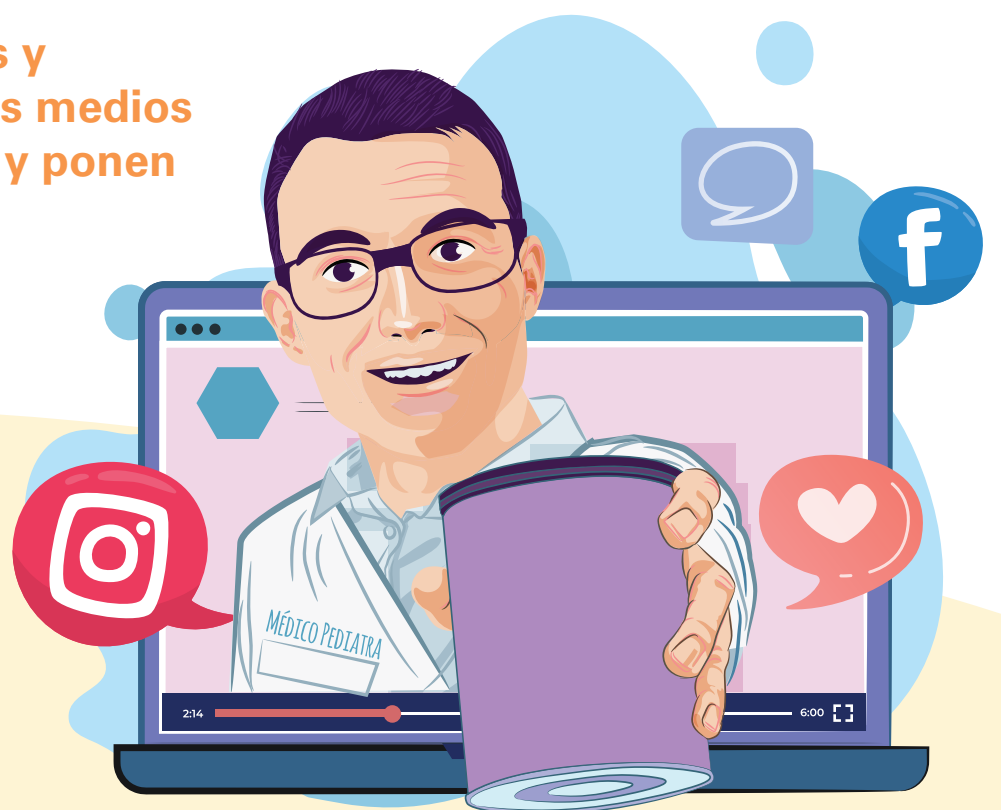
- Las empresas buscan **estar en contacto directo contigo**: te invitan a unirse a **clubs de madres/padres en línea** y te envían **boletines electrónicos** con tips de alimentación y el cuidado del bebé cuando su verdadero interés es vender sus productos.



- **¡Ojo con las publicaciones de influencers y de otras mamás y papás en redes sociales!** Algunas recomiendan fórmulas y alimentos infantiles, pero en realidad no ofrecen esos productos a sus bebés y **no aclaran que la información que te dan es pagada o solicitada por alguna empresa para posicionar su producto.**



- **¡La industria contrata pediatras o nutriólogas/os para publicitar sus fórmulas y alimentos infantiles!** A través de webinars, videos educativos o informativos, se presentan como avales de la calidad para que confíes en sus productos.





¡Cuidado con las declaraciones o mensajes de salud y nutrición de las fórmulas y alimentos infantiles! ¡Las fórmulas NO son iguales ni superiores a leche materna!

- La publicidad dice que las fórmulas y leches “contienen nutrientes esenciales como DHA”, “ayudan a la digestión” o “fortalecen el sistema inmunológico” para que creas que las fórmulas son iguales o mejores que la leche materna. **La leche materna es única, se adapta a cada bebé y a su edad y contiene componentes bioactivos que protegen a tu bebé y que la leche de fórmula no contiene y que no podrá igualar.**⁵
- Muchos **alimentos infantiles** como papillas, cereales, snacks, galletitas y yogurts para bebé se publicitan como una alternativa nutritiva, saludable y fácil de preparar, **aunque muchos productos tienen exceso de azúcares, sal o grasas que los habitan a sabores dulces o salados, y condicionan el desarrollo de caries y sobrepeso u obesidad.**^{6,7}

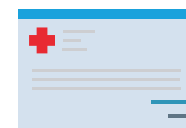
Cuando navegues en internet, recuerda:



- Es importante que sepas que tienes el derecho a elegir cómo alimentar a tus bebés, niñas y niños pequeños sin que la publicidad influya en tu decisión. **La leche materna y los alimentos naturales son la mejor forma de alimentarlo.**



- **Revisa que las suscripciones a clubes, revistas o boletines informativos no sean patrocinadas por una empresa de fórmulas y alimentos infantiles**, ya que así es como obtienen tus datos y te recomiendan productos que coinciden con la edad de tu bebé.



- Recuerda que las fórmulas infantiles **deben usarse en situaciones médicas muy específicas y poco frecuentes** y siempre deben ser **bajo indicación y prescripción/receta médica.**



- **Consulta fuentes confiables** sobre la mejor forma de alimentar a bebés, niñas y niños pequeños, por ejemplo, la Organización Mundial de la Salud, UNICEF, INSP o la Secretaría de Salud.



- Cuestiona la información y publicidad sobre fórmulas y alimentos infantiles que ves en redes sociales e Internet. **Si tienes dudas sobre la veracidad de la información, ¡No la compartas! Al hacerlo esta información llega a más personas.**

¡No te dejes engañar! La decisión de cómo alimentar a tu bebé es tuya, y debe basarse en lo mejor para él o ella y para tu familia.

Para mayor información visita:

www.unicef.org/mexico

www.insp.mx

Referencias

- ¹ Victora CG, Bahl R, Barros AJD, França GVA, Horton S, Krasevec J, et al. Breastfeeding in the 21st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. Vol. 387, The Lancet. Lancet Publishing Group; 2016. p. 475–90.
- ² UNICEF. Improving young children's diets during the complementary feeding period. UNICEF Program Guidance New York UNICEF. 2020;76.
- ³ Piwoz EG, Huffman SL. Impact of marketing of breast-milk substitutes on WHO-recommended breastfeeding practices. Vol. 36, Food and Nutrition Bulletin. SAGE Publications Inc.; 2015. p. 373–86.
- ⁴ Unar-Munguia, M, Mota, P, Santos-Guzmán MA, Bonvecchio A, Tolentino L, Ceballos, M, Barquera S. Resultados del estudio de marketing digital de sucedáneos de la leche materna, alimentos y bebidas para niños y niñas menores de dos años en México. Instituto Nacional de Salud Pública, UNICEF, 2021. Documento no publicado.
- ⁵ Mosca F, Gianni ML. Leche humana: composición y beneficios para la salud. Pediatr Med Chir. 2017 Jun 28;39(2):155. doi: 10.4081/pmc.2017.155. PMID: 28673076.
- ⁶ Harris JL, Fleming-Milici F, Frazier W, Haraghey K, Rodriguez-arauz G, Heller R, et al. Baby Food FACTS: Nutrition and marketing of baby and toddler food and drinks. 2017;1–122
- ⁷ World Health Organization. Commercial foods for infants and young children in the WHO European Region. 2019;119. Available from: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/406452/CLEAN_Commercial-foods_03July_disclaimer_LV.pdf?ua=1