

## HEALTH

# Un Intestino Sano Comienza al Momento del Nacimiento

NewsUSA



(NU) -Los adultos pueden estar familiarizados con los alimentos probióticos y los efectos positivos que tienen para mantener el equilibrio de bacterias buenas en el intestino, pero es posible que no comprendan que la salud intestinal y sus beneficios para la salud a largo plazo comienzan desde el momento del nacimiento.

De hecho, los científicos ven los primeros dos o tres años de vida como un momento de desarrollo crítico para la salud intestinal de los bebés que establece las bases para beneficios que pueden durar toda la vida.

"Mantener un equilibrio de bacterias buenas en el microbioma es un factor importante para influir en los sistemas inmunológicos y nerviosos para que estén saludables, lo cual conduce a una salud intestinal integral", dijo Whitney Casares, Doctorado en Medicina, Magister en Salud Pública, Miembro de la Academia Estadounidense de Pediatría, y creadora de Modern Mommy Doc. "Para ayudar a sus bebés en las etapas cruciales del comienzo de la vida, los padres deben aprender cuáles son las principales áreas prometedoras para apoyar el desarrollo saludable del microbioma, lo que incluye opciones de alimentación temprana, la inclusión de probióticos y prebióticos en la dieta, así como la incorporación de alimentos sólidos saludables".

Para ayudar con la salud intestinal de los bebés, los padres pueden tomar decisiones de alimentación inteligentes, como amamantar cuando sea posible. La lactancia materna ofrece una gama de beneficios, incluyendo la transferencia de probióticos naturales y así propiciar las bacterias beneficiosas para el bebé. Sin embargo, la alimentación basada exclusivamente en la lactancia materna podría no ser siempre factible para los padres. Para los padres que están usando una fórmula infantil como suplemento o que están alimentando a su bebé exclusivamente con fórmula, la fórmula infantil en pol-

vo Gerber Good Start GentlePro es una solución que le proporciona probióticos al bebé (similares a las bifidobacterias que se encuentran en la leche materna), para ayudar a promover un equilibrio de bacterias buenas en el microbioma.

Algunos bebés pueden beneficiarse de probióticos en su dieta, ya sea que estén siendo amamantados o no. Los probióticos son microorganismos vivos que ayudan a la salud digestiva, y los bebés que nacen por cesárea pueden ser deficitarios en bacterias buenas porque no estuvieron expuestos a las bacterias de su madre a través del canal de parto. Los padres deben considerar incluir el probiótico B. lactis en la dieta de su bebé para ayudar a promover un equilibrio de bacterias buenas en los niños nacidos por cesárea. Las gotas probióticas Gerber Good Start Gentle Everyday con B. lactis son una gran opción para los padres que amamantan a sus pequeños. Para bebés alimentados con fórmula, la fórmula infantil en polvo Gerber Good Start GentlePro con B. lactis ayuda a promover un microbiota equilibrada en bebés nacidos por cesárea.

Además, los prebióticos son sustancias naturales que alimentan y apoyan el crecimiento de bacterias beneficiosas en el sistema digestivo. La leche materna contiene prebióticos, como los oligosacáridos de la leche humana (HMO, por sus siglas en inglés), al igual que las fórmulas infantiles en polvo Gerber Good Start GentlePro y SoothePro.

A medida que los niños crecen, la incorporación de una variedad de alimentos saludables, incluyendo cereales integrales, frutas y verduras, continuará promoviendo el desarrollo de un sistema digestivo saludable.

Para obtener consejos de expertos 24 horas al día y 7 días a la semana, y más información sobre la salud intestinal y las necesidades nutricionales de su bebé, visite Gerber.com.