

Curvas de crecimiento: **¿Qué nos dicen sobre el crecimiento de nuestros niños?**

Curvas de crecimiento OMS - Argentina

Las curvas de crecimiento de la Organización Mundial de la Salud (OMS) hasta los 6 años, adoptadas por el ministerio de Salud y SAP en el año 2007, están basadas en mediciones recogidas en 6 diferentes países. Niños sanos sin limitantes medioambientales, que recibían lactancia materna y cuyas madres no habían fumado fueron regularmente medidos durante un tiempo. Las curvas de centilos dibujadas utilizando esas mediciones muestran como un niño sano que recibe lactancia materna se espera que crezca.

A partir de los 6 años se siguen utilizando las curvas de crecimiento construidas con mediciones de niños argentinos.

¿Qué información nos brindan las mediciones regulares de un niño?

Pesar y medir un niño regularmente nos ayuda a saber si el niño está creciendo como se espera para su edad. También nos ayuda a saber si el niño podría tener algún problema que afecte el crecimiento.

¿Por qué usamos curvas de crecimiento?

Al graficar el crecimiento de un niño en una curva podemos ver si el niño está siguiendo el patrón esperado para su edad y género. Las líneas del gráfico de crecimiento se llaman centilos y se construyeron en base a las mediciones de muchos niños. Ellas muestran el rango normal de pesos y estaturas y la comparación de un niño con otros de su misma edad y género. Por ejemplo si su hijo está en el centilo 25 esto significa que si usted ordena 100 niños, del mismo género y edad, de menor a mayor estatura, su hijo probablemente se va a encontrar en el número 25, 75 niños van a ser más altos y 24 más bajos o van a tener la misma estatura que su hijo. Valores de peso y estatura que estén en cualquier parte entre las líneas de centilos de una curva son considerados normales.

Cada niño es diferente, de modo que 2 hijos no necesariamente deben estar ubicados en el mismo centilo, incluso los gemelos pueden tener patrones de crecimiento diferentes.

Si el patrón de crecimiento de un niño impresiona anormal su pediatra de cabecera es el que va a decidir cómo seguirlo: si es necesario controlar el crecimiento más frecuentemente, evaluar su alimentación o investigar otras causas que puedan estar afectando su crecimiento.

Preguntas frecuentes de los padres con respecto a las curvas de crecimiento:

Mi hijo no está recibiendo lactancia materna o la suspendí tempranamente, ¿se puede seguir el crecimiento de mi hijo con estas tablas?

Estas curvas muestran como un niño alimentado a pecho crece, si es sano y no hay otros problemas. Si usted usa formula puede saber si su hijo, de todas formas, crece de la misma manera que un niño alimentado a pecho. Un niño que se alimenta con formula puede crecer ligeramente diferente que un niño que recibe lactancia materna.

¿Con que frecuencia debería controlarse el peso a mi hijo?

Luego de los primeros días su bebe solo necesita ser pesado cuando concurra a los controles de salud. A muchas mamas les gustaría que lo pesen a su hijo más frecuentemente, sin embargo esto no siempre ayuda y a veces puede ser causa de preocupaciones inútiles. Por ejemplo si en un control se pesa al niño justo después de tomar la leche y la semana siguiente después de hacer una deposición abundante, podría interpretarse que la ganancia de peso no fue adecuada en ese periodo.

Pesar a un niño con intervalos de tiempo mayores reflejan mas adecuadamente el verdadero cambio de peso, es por esto que se recomienda que un niño no sea pesado más de una vez por mes entre las 2 semanas y los 6 meses de edad, cada 2 meses hasta el año de edad y cada 3 meses después salvo situaciones especiales. El tiempo entre 2 controles de peso son más largos en niños de mayor edad porque crecen menos rápidamente.

En caso de que sea necesario, su pediatra le indicara controles de peso más frecuentemente, ya sea por cuestiones relacionadas a su salud o crecimiento.

Mi hijo estaba creciendo en un centilo y actualmente se encuentra más cerca de la línea siguiente, ¿es eso normal?

Es normal que los puntos que grafican el peso de su niño se corran un poco para arriba o abajo o se muevan gradualmente desde un centilo al siguiente (hacia arriba o abajo). Es menos común que el peso de un niño cruce 2 líneas de centilos, si eso ocurre su pediatra de cabecera podría indicar la necesidad de controles más frecuentes.

Mi hijo estuvo enfermo y perdió algo de peso ¿qué debo hacer?

Los niños habitualmente pierden peso, cuando están enfermos, aunque se trate de un cuadro banal. Una vez que el niño se recupera de su enfermedad, su peso debe volver donde se encontraba antes de enfermarse en 2 – 3 semanas. Si esto no sucede deberá consultarlo con su pediatra de cabecera que procederá a controlarle el crecimiento o tomar otras conductas según lo considere necesario.

¿Quién debe graficar los datos de peso o longitud corporal de mi hijo?

Es importante graficar exactamente los datos de peso o longitud corporal porque cualquier error puede cambiar la curva de crecimiento del niño y aparentar que tiene un problema de crecimiento cuando en realidad no lo tiene o parecer que crece normalmente y no lo es así. Por esto es importante que la persona que grafique esté entrenada para graficar y hacer la lectura correctamente.

¿Cómo sé que mi hijo no tiene sobrepeso?

Es importante que converse con su pediatra de cabecera sobre este tema. Después de los 2 años de edad, utilizando los datos de peso y estatura, se puede calcular el centilo de Índice de masa corporal (IMC). Si el IMC indica que su hijo está con sobrepeso u obesidad podrá charlar con su pediatra sobre los cambios alimentarios y actividad física que se pueden implementar para alcanzar un buen estado nutricional.

**Comité Nacional de Crecimiento y Desarrollo
S.A.P.**

Bibliografía

www.sap.org.ar

www.msal.gov.ar/hm/Site/promin/UCMISALUD/index.htm

www.growthcharts.rcpch.ac.uk

Arch Argent pediatr 2008; 106 (5): 462-467

Manual para la Supervisión de la Salud de niños/as y adolescentes. Comité de Pediatría Ambulatoria. Sociedad Argentina de Pediatría 2da edición. 2011

Guías para Evaluación del crecimiento. Comité Nacional de Crecimiento y Desarrollo. Sociedad Argentina de Pediatría 2da edición. 2001