

**12º Congreso Argentino de Pediatría Social**  
**7º Congreso Argentino de Lactancia Materna**

6, 7 y 8 de septiembre de 2012

**Sedes:** Complejo de Cines de Cinemacenter Corrientes – Centro Comercial Carrefour y Hogar Escuela “Juan D. Perón”

---

**Mesa Redonda: LECHE HUMANA: ALIMENTO FUNCIONAL**

**Tema: Aspectos nutricionales de la leche humana**

**Autor: Bioq. Hebe Rojo**

**Fecha: Viernes 7 de septiembre**

A partir del análisis de la composición de la leche humana, se fundamentan muchos de sus beneficios para la salud del bebé. La leche puede considerarse un tejido ya que, a la amplia gama de compuestos químicos, se suman células vivas.

Entre los hidratos de carbono se destaca la lactosa, en mayor proporción que en la leche de vaca, cuya función principal es proveer calorías pero además facilita la absorción del calcio. Se encuentran también los oligosacáridos, prácticamente ausentes en la leche de vaca, que actúan como un prebiótico que facilita la colonización de bacterias benéficas y además protegen la mucosa intestinal del ataque de bacterias patógenas al actuar como análogos de receptores de patógenos.

En cuanto a los lípidos, la leche humana posee triglicéridos, colesterol y ácidos grasos. Estos últimos incluyen ácidos grasos esenciales, ácidos grasos de cadena corta como el decanoico y de cadena larga como el docosahexanoico y el araquidónico, siendo estos últimos particularmente importantes en el desarrollo cerebral y retiniano.

La concentración de proteínas de la leche humana es la más baja respecto a las de otras especies de mamíferos. Difiere además, respecto a la de vaca, en la relación caseína/proteínas del suero y en el tipo de proteínas. Así, proteínas como la kappa caseína, la lactoferrina, lisozima, IgAs, con funciones relacionadas a la defensa del organismo, se encuentran en cantidades significativas en la leche humana y no así en la de vaca.

Se destaca también la presencia de nucleótidos, que facilitan el crecimiento de las vellosidades intestinales y la actividad de las disacaridasas.

Numerosas hormonas también forman parte de la leche humana, entre ellas la leptina que está vinculada a la disminución del apetito siendo responsable, en parte, del menor riesgo de obesidad en niños amamantados. La experiencia nutricional temprana constituye una impronta metabólica que puede condicionar el comportamiento metabólico futuro. La leche humana constituye la impronta metabólica ideal, una razón más para favorecer que un mayor número de niños puedan gozar de sus innumerables beneficios.