

## Material de Apoyo: Investigando las Causas de Desnutrición

Entreviste a la madre de un niño que tiene **desnutrición** para determinar las posibles causas del problema y luego aconseje a la madre acerca de la forma de abordar las causas. Además discuta con ella las recomendaciones de alimentación para la edad del niño como se describe en el *Registro de Crecimiento* o para el próximo grupo de edad si el niño está a punto de pasar a ese grupo.

Use este material de apoyo cuando un niño está:

- **emaciado** (por debajo de -2 puntuación z de peso para la longitud/talla o IMC para la edad) o
- con **bajo peso** (por debajo de -2 puntuación z de peso para la edad\*) o
- con **retardo del crecimiento** (por debajo de -2 puntuación z de longitud/talla para la edad) y sin sobrepeso, o
- **presenta una tendencia hacia uno de estos problemas**

**Refiera urgentemente para atención especializada** a todo niño que:

- está **severamente emaciado** (por debajo de -3 puntuación z de peso para la longitud/talla o IMC para la edad) o
- presenta **signos clínicos de marasmo o kwashiorkor** y/o
- tiene **edema en ambos pies**

Déle vuelta a este folleto para ver el material de apoyo:  
*Investigando las Causas de Sobrepeso*

### Referencia de paginas según grupo de edad:

**Nacimiento a 6 meses** – paginas 2 & 3 y 10 & 11

**6 meses a 1 año** – paginas 4 & 5 and 10 & 11

**1 a 2 años** – paginas 6 & 7 y 10 & 11

**2 a 5 años** – paginas 8 & 9 y 10 & 11

\* Nota: En poblaciones con alta prevalencia de desnutrición, el número de niños/as por debajo de -2 puntuación z de peso-para-edad y longitud/talla-para-edad será alto y puede ser necesario considerar puntos de corte mas bajos para seleccionar a los/las niños/as que deben recibir consejería.

# Bebé del nacimiento a los 6 meses de edad

## Investigando las causas de Desnutrición

**Paso 1. Determine si el bebé está enfermo en este momento o si tiene una enfermedad crónica que puede ser causa de la desnutrición.** Si es así, →

Si no, ↓

Trate la enfermedad del bebé o refiera al bebé para tratamiento.

Aconseje a la madre aumentar la frecuencia del amamantamiento y aliéntela a mantener la lactancia materna exclusiva hasta que el bebé tenga 6 meses.

Espere a investigar otras posibles razones de desnutrición cuando el bebé regrese a su visita de seguimiento.

**Paso 2. Explique a la madre que hay muchas posibles causas de desnutrición. Usted va a hacerle algunas preguntas a fin de entender mejor la situación de su bebé; y con la ayuda de la madre, determinar las causas posibles del problema.**

**Paso 3. Pregunte: ¿Ha estado el bebé consumiendo menos leche materna (o comiendo menos) de lo usual?** Si es así, pregunte por qué. Luego →

Si el niño **no** ha estado comiendo menos de lo usual, no ha estado enfermo ni ha experimentado ningún trauma ↓

Si el bebé ha estado enfermo, aconseje a la madre sobre alimentación durante la enfermedad y la recuperación para su grupo de edad, esto significa mayor frecuencia de amamantamiento para asegurar que el bebé recibe todo el líquido y nutrientes que su cuerpo necesita para recuperarse de la enfermedad y llenar nuevamente sus depósitos de nutrientes

Si el bebé ha experimentado un trauma (por ejemplo, la muerte de la madre, el cambio de un cuidador), entienda que este puede ser un factor que contribuya a la pérdida del apetito. Evalúe la situación y decida si conviene investigar las causas de desnutrición con la persona que ha traído al niño, o si debe esperar hasta otra ocasión. Si decide esperar, déle una cita para una visita de seguimiento, o si hay un programa de visita domiciliar, programe una visita al hogar.

**Paso 4. Haga las preguntas sobre alimentación infantil incluidas en la página de abajo.** Todavía no dé ningún consejo.

**Escuche cuidadosamente las respuestas de la madre e identifique cualquier causa de desnutrición, tal como el que el bebé no sea amamantado con suficiente frecuencia, dificultades con la técnica de amamantamiento, suplementación temprana, reemplazo de la leche materna con suplementos de pobre calidad o alimentación de sustitución inadecuada**

Después de hacer las preguntas acerca de la alimentación para este grupo de edad, avance hasta los pasos 5–8 (páginas 10-11) para todos los niños.

Proporcione consejería como paso final de la entrevista (paso 8).

## **Preguntas acerca de la alimentación de un bebé desde el nacimiento hasta los 6 meses de edad**

Para este grupo de edad, se recomienda lactancia materna exclusiva.

**Pregunte:**

**Aconseje (en el paso 8) si estas causas son identificadas:**

<p>¿Cómo está alimentado a su bebé?</p> <p><i>Si da lactancia materna, ¿Cuántas veces al día amamanta a su bebé? ¿le da lactancia materna también durante la noche?</i></p> <p><i>Si <u>no</u> da lactancia materna, vea el recuadro insertado abajo.</i></p>	<p>Refiérase a las recomendaciones de la página 14 del <i>Registro del Crecimiento</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aconseje a la madre amamantar al bebé con la frecuencia y durante el tiempo que su bebé quiera, de día y de noche</li> <li>• Si amamanta menos de 8 veces en 24 horas, aconseje el aumentar la frecuencia de la alimentación.</li> </ul>
<p>Le da algún otro líquido además de la leche materna? Si es así, ¿Por qué?</p> <p>¿Le da a su bebé algún alimento sólido o semi-sólido?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aconseje a la madre el reducir gradualmente otros líquidos o alimentos y alimentarlo sólo con leche materna hasta que tenga 6 meses de edad, si es que está dispuesta a tratar y si su situación (en el hogar y en el trabajo) se lo permite.</li> <li>• Fomente en la madre la autoconfianza en que es capaz de producir toda la leche materna que su bebé necesita.</li> <li>• Sugiera darle mamadas más largas y con mayor frecuencia, de día y de noche , y reducir gradualmente otras leche o alimentos.</li> <li>• Para los momentos en los que la madre debe dejar a su bebé, motívela a que se extraiga la leche para que su bebé sea alimentado mientras ella no se encuentra. Si está dispuesta, enséñele a extraerse la leche materna. Enséñele además a usar jabón y agua caliente (hervida) para limpiar el recipiente en que mantendrá la leche y la taza del bebé, y la forma de almacenar la leche materna hasta que esta sea dada al bebé (refrigerada, o a temperatura ambiente hasta un máximo de 8 horas).</li> </ul>
<p>¿Tiene algún problema con la lactancia materna? Si es posible, evalúe la lactancia materna:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Evalúe el apego y la succión.</li> <li>– Busque úlceras o placas blancas en la boca del</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si no hay un buen apego o una succión efectiva, enséñele la posición y el apego correctos, o refiera a la madre con una consejera capacitada en lactancia materna para una evaluación y consejería.</li> <li>• Si hay úlceras o placas blancas, trate o refiera para tratamiento.</li> </ul>
<p><b>Si el bebé no está siendo amamantado, pregunte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué fórmula u otra leche le está dando? ¿Cuánta?</li> <li>• ¿Con qué frecuencia alimenta usted a su bebé?</li> <li>• ¿Cómo prepara la leche?</li> <li>• ¿Qué usa para alimentar a su bebé?</li> </ul> <p><i>Si usted considera que es apropiado, discuta la disponibilidad de la madre para intentar re-lactación.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aconseje a la madre acerca de:             <ul style="list-style-type: none"> <li>– Usar un sucedáneo de la leche materna apropiado.</li> <li>– Asegurarse de que la otra leche está preparada correcta e higiénicamente y es dada en las cantidades adecuadas.</li> <li>– Hacer que el bebé se termine la leche preparada en un margen de una hora.</li> </ul> </li> <li>• Si está usando biberón para alimentar al bebé:             <ul style="list-style-type: none"> <li>– Recomiende sustituir el biberón por una taza.</li> <li>– Muestre a la madre la forma de alimentar a su bebé con una taza</li> </ul> </li> </ul> <p><i>Si es apropiado y la madre está dispuesta a intentar re-lactación, refiérala con una persona capacitada sobre consejería en lactancia materna.</i></p>

Meses de edad	Mamas por día	Cantidad de leche o fórmula por vez
0 a 1	8	60 ml
1 a 2	7	90 ml
2 a 4	6	120 ml
4 a 6	6	150 ml

**Nacimiento a 6 meses**

**Ahora vaya a la pagina 10, paso 5, y haga las preguntas sobre otros factores que pueden contribuir a la desnutrición del bebé.**

# Bebé de 6 meses a 1 año

## Investigando las causas de Desnutrición

**Paso 1. Determine si el bebé está enfermo en este momento o si tiene una enfermedad crónica que puede ser causa de la desnutrición.** Si es así, →

Si no, ↓

Trate la enfermedad del bebé o refiera al bebé para tratamiento.  
Aconseje a la madre para alimentar al niño de acuerdo a las recomendaciones en las paginas 16-17 del *Registro de Crecimiento*.  
Espere a investigar otras posibles razones de desnutrición cuando el bebé regrese a su visita de seguimiento.

**Paso 2. Explique a la madre que hay muchas posibles causas de desnutrición. Usted va a hacerle algunas preguntas a fin de entender mejor la situación de su niño y con la ayuda de la madre, determinar las causas posibles del problema.**

**Paso 3. Pregunte: ¿Ha estado consumiendo menos leche materna o comiendo menos de lo usual?** Si es así, pregunte por qué. Luego →

Si el/la niño/a **no** ha estado comiendo menos de lo usual, no ha estado enfermo/a ni ha experimentado ningún trauma ↓

Si el niño ha estado enfermo, aconseje a la madre sobre alimentación durante la enfermedad: Alimente a su niño de acuerdo a las recomendaciones para su grupo de edad y además déle más líquidos (más lactancia materna para un bebé que está siendo amamantado. Motive al niño a comer sus alimentos favoritos que sean suaves, variados y apetecibles. Después de la enfermedad, déle alimentos con mayor frecuencia de lo usual y motive al niño a comer más.

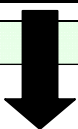
Si el bebé ha experimentado un trauma (por ejemplo, la muerte de un familiar o el cambio de un cuidador), entienda que este puede ser un factor que contribuya a la pérdida del apetito. Evalúe la situación y decida si conviene investigar las causas de desnutrición con la persona que ha traído al niño, o si debe esperar hasta otra ocasión. Si decide esperar, déle una cita para una visita de seguimiento, o si hay un programa de visita domiciliar, programe una visita al hogar.

**Paso 4. Haga las preguntas de alimentación incluidas en la página de abajo. Todavía no dé ninguna consejería.**

**Escuche cuidadosamente las respuestas de la madre e identifique cualquier causa de desnutrición, tales como el no dar los alimentos correctos, no dar suficiente comida o prácticas inadecuadas de alimentación**

Después de hacer las preguntas acerca de la alimentación para este grupo de edad , avance hasta los pasos 5–8 (páginas 10-11) para todos los niños.

Proporcione consejería como paso final de la entrevista (paso 8).



## Preguntas acerca de la alimentación de un bebé desde los 6 meses a 1 año de edad

A la edad de 6 meses, todo bebé debe comenzar a recibir alimentos complementarios mientras continúa siendo amamantado

Pregunte:

Aconseje (en el paso 8) si estas causas son identificadas:

¿Está amamantando a su bebé?

Si es así, ¿Cuántas veces amamanta a su bebé en 24 horas?

¿Le da otros líquidos además de la leche materna? ¿Qué líquidos?

- Aconseje a la madre amamantar a su bebé tan frecuentemente como su bebé quiera.
- Aconseje a la madre a que seleccione líquidos con alta densidad de nutrientes (como por ejemplo leche, sopas espesas) en lugar de bebidas con baja cantidad de nutrientes (por ejemplo, té, café, bebidas dulces o jugos dulces diluidos) que llenan al bebé fácilmente sin proveer suficientes nutrientes.

Si el bebé recibe fórmula o algún otro líquido, pregunte:

- ¿Qué fórmula u otra leche le está dando? ¿Cuánta?
- ¿Con qué frecuencia alimenta usted a su bebé?
- ¿Cómo prepara la leche?
- ¿Qué usa para alimentar a su bebé?

- Aconseje a la madre acerca de:
  - Usar un sustituto apropiado de la leche materna.
  - Asegurarse de que la otra leche está preparada correcta e higiénicamente y es dada en las cantidades adecuadas.
  - Hacer que el bebé se termine la leche preparada en un margen de una hora.
- Si está usando biberón para alimentar al bebé:
  - Recomiende sustituir la biberón por una taza.
  - Muestre a la madre la forma de alimentar a su bebé con una taza

### Mínima Cantidad de Leche Recomendada por día para niños/as de 6 a 24 meses de edad

	Leche animal	Fórmula comercial
Si consume regularmente otros alimentos de origen animal	200–400 ml	300–500 ml
Si regularmente no consume otros alimentos de origen animal	300–500 ml	400–550 ml

¿Ha comenzado e bebé a consumir alimentos sólidos o semisólidos? Si no, →

Si es así, ↓

Aconseje a la madre que comience a darle alimentos complementarios, como se describe en la página 16 del *Registro del Crecimiento*.

y ↓

¿Qué alimentos consume?

¿Cuántos tiempos de comida hace al día? ¿Cuánta comida consume en cada tiempo?

- Aconseje a la madre acerca de seleccionar alimentos nutritivos, como los que se presentan en la página 15 del *Registro del Crecimiento*.
- Aconseje a la madre acerca del tamaño de la porción y el número de tiempos de comida que se recomiendan en las páginas 16–17 del *Registro del Crecimiento*. Antes del 1er año de edad, el niño debe consumir 3–4 tiempos de comida al día más 1–2 entre comidas.
- Aconseje a la madre acerca de la preparación segura de alimentos como se describe en la página 18 del *Registro del Crecimiento*.

¿Qué usa para alimentar a su niño?

¿Recibe el niño su propia porción?

¿Quién alimenta al niño y cómo?

Aconseje a la madre que siga las recomendaciones para la alimentación activa de la página 17 del *Registro del Crecimiento*, por ejemplo:

- Siéntese con el niño y móvelo a comer. Un niño en este grupo de edad puede que necesite que se le ayude a comer.
- Alimente al/la niño/a dando una porción adecuada en un plato o tazón separado.

**Ahora vaya a la página 10, paso 5, y haga las preguntas sobre otros factores que pueden contribuir a la desnutrición del bebé.**

6 meses a 1 año

# Niño de 1 a 2 años

## Investigando las causas de Desnutrición

**Paso 1. Determine si el niño está enfermo en este momento o si tiene una enfermedad crónica que puede ser causa de la desnutrición.** Si es así, →

Si no, ↓

Trate la enfermedad del niño o refiera al niño para tratamiento.

Aconseje a la madre alimentar al niño de acuerdo a las recomendaciones en la página 18 del *Registro del Crecimiento*.

Espera a investigar otras posibles razones de desnutrición cuando el niño/regrese a su visita de seguimiento.

**Paso 2. Explique a la madre que hay muchas posibles causas de desnutrición. Usted va a hacerle algunas preguntas a fin de entender mejor la situación de su niño; y con la ayuda de la madre, determinar las causas posibles del problema.**

**Paso 3. Pregunte: ¿Ha estado consumiendo menos leche materna o comiendo menos de lo usual?**

Si es así, pregunte por qué. Luego →

Si el niño **no** ha estado comiendo menos de lo usual, no ha estado enfermo ni ha experimentado ningún trauma ↓

Si el niño/a ha estado enfermo, aconseje a la madre sobre alimentación durante la enfermedad: Alimente al niño de acuerdo a las recomendaciones para su grupo de edad y además déle más líquidos (más lactancia materna para un niño que está siendo amamantado). Motive al niño a comer sus alimentos favoritos que sean suaves, variados y apetecibles. Después de la enfermedad, déle alimentos con mayor frecuencia de lo usual y motive al niño a comer más.

Si el niño ha experimentado un trauma (por ejemplo, la muerte de un familiar o el cambio de un cuidador), entienda que este puede ser un factor que contribuya a la pérdida del apetito. Evalúe la situación y decida si conviene investigar las causas de desnutrición con la persona que ha traído al/la niño/a, o si debe esperar hasta otra ocasión. Si decide esperar, déle una cita para una visita de seguimiento, o si hay un programa de visita domiciliar, programe una visita al hogar.

**Paso 4. Haga las preguntas sobre alimentación incluidas en la página de abajo.** Todavía no dé consejos.

**Escuche cuidadosamente las respuestas de la madre e identifique cualquier causa de desnutrición, tales como el no dar los alimentos correctos, no dar suficiente comida o prácticas inadecuadas de alimentación**

Después de hacer las preguntas acerca de la alimentación para este grupo de edad, avance hasta los pasos 5–8 (páginas 10-11) para todos los niños.

Proporcione consejería como paso final de la entrevista (paso 8).



## Preguntas acerca de la alimentación de un niño de 1 a 2 años

Se recomienda lactancia materna hasta los 2 años de edad y más con una adecuada alimentación complementaria.

**Pregunte:**

**Aconseje (en el paso 8) si estas causas son identificadas:**

<p>¿Está amamantando a su niño?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recomiende que amamante a su bebé tan frecuentemente como su niño quiera</li> <li>• Si el niño no recibe leche materna, la leche es un importante alimento de origen animal.</li> </ul>
<p>¿Que alimentos come el niño?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Come carne, pescado, pollo? ¿Huevos, leche y sus derivados? ¿Leguminosas y semillas?</li> <li>– ¿Qué alimento básico le da al/la niño/a (por ejemplo, cereal, papilla, granos cocidos)?</li> <li>– ¿Le da un alimento básico espeso o diluido?</li> <li>– ¿Consume el niño frutas y vegetales?</li> <li>– ¿Hay algún alimento al cual el niño sea alérgico o no consuma?</li> </ul>	<p>Refiérase a los alimentos recomendados en la página 15 del <i>Registro del Crecimiento</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motive a agregar leguminosas y alimentos de origen animal para mejorar la calidad nutricional de la dieta. Esto es especialmente importante para un niño con retardo del crecimiento, para promover el crecimiento en talla sin una excesiva ganancia de peso.</li> <li>• Si la dieta es principalmente a base de cereal, motive a la madre a preparar el cereal espeso, no diluido, y agregar un poco de grasa (por ejemplo, aceite) para aumentar la densidad energética.</li> <li>• Motive a alimentar al niño con frutas y vegetales de color amarillo y vegetales de hojas verde oscuro.</li> <li>• Si el niño es alérgico a un alimento específico, de consejería acerca de el uso de un alimento alternativo que contenga nutrientes similares.</li> <li>• Motive a la madre a ofrecer otros alimentos; debe introducir nuevos alimentos gradualmente.</li> </ul>
<p>¿Cuántas veces al día come el/la niño/a?</p> <p>¿Qué cantidad de comida consume en cada tiempo?</p>	<p>Como se describe en la página 18 del <i>Registro del Crecimiento</i>, recomiende dar 3–4 comidas al día (3/4 a 1 taza, cada vez) de alimentos complementarios o alimentos de la dieta familiar, más 1–2 refrigerios/meriendas.</p>
<p>¿Qué usa para alimentar a su niño?</p> <p>¿Recibe el niño su propia porción?</p> <p>¿Quién alimenta al niño y cómo?</p>	<p>Aconseje a la madre para ayudar activamente al niño a comer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Siéntese con el niño/a y motíVELO a comer.</li> <li>-Alimente al niño dando una porción adecuada en un plato o tazón separado.</li> <li>-Motive pacientemente al niño a comer hasta que se haya terminado su porción.</li> <li>-Ofrezca más comida al niño que termina su porción y pide más de comer.</li> </ul>
<p>¿Tiene el niño un buen apetito?</p>	<p>Para motivar al niño a comer, sugiera alimentos favoritos que sean variados y apetecibles</p>

**Ahora vaya a la pagina 10, paso 5, y haga las preguntas sobre otros factores que pueden contribuir a la desnutrición del bebé.**

# Niño de 2 a 5 años

## Investigando las causas de Desnutrición

**Paso 1. Determine si el niño está enfermo en este momento o si tiene una enfermedad crónica que puede ser causa de la desnutrición.** Si es así, →

Si no, ↓

Trate la enfermedad del niño o refiera al niño para tratamiento.

Dé consejería a la madre para alimentar al/la niño/a de acuerdo a las recomendaciones en la página 19 del *Registro del Crecimiento*.

Espera a investigar otras posibles razones de desnutrición cuando el niño regrese a su visita de seguimiento.

**Paso 2. Explique a la madre que hay muchas posibles causas de desnutrición. Usted va a hacerle algunas preguntas a fin de entender mejor la situación de su niño; y con la ayuda de la madre, determinar las causas posibles del problema.**

**Paso 3. Pregunte: ¿Ha estado consumiendo menos leche materna o comiendo menos de lo usual?**

Si es así, pregunte por qué. Luego →

Si el/la niño/a **no** ha estado comiendo menos de lo usual, no ha estado enfermo/a ni ha experimentado ningún trauma ↓

Si el niño ha estado enfermo, aconseje a la madre sobre alimentación durante la enfermedad: Alimente al niño de acuerdo a las recomendaciones para su grupo de edad y además déle más líquidos (más lactancia materna para una niño que está siendo amamantado). Motive al niño a comer sus alimentos favoritos que sean suaves, variados y apetecibles. Después de la enfermedad, déle alimentos con mayor frecuencia de lo usual y motive al niño a comer más.

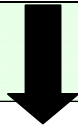
Si el niño ha experimentado un trauma (por ejemplo, la muerte de un familiar o el cambio de un cuidador), entienda que este puede ser un factor que contribuya a la pérdida del apetito. Evalúe la situación y decida si conviene investigar las causas de desnutrición con la persona que ha traído al niño, o si debe esperar hasta otra ocasión. Si decide esperar, déle una cita para una visita de seguimiento, o si hay un programa de visita domiciliar, programe una visita al hogar.

**Paso 4. Haga las preguntas sobre alimentación incluidas en la página de abajo. Todavía no dé consejos.**

**Escuche cuidadosamente las respuestas de la madre e identifique cualquier causa de desnutrición, tales como el no dar los alimentos correctos, no dar suficiente comida o prácticas inadecuadas de alimentación**

Después de hacer las preguntas acerca de la alimentación para este grupo de edad, avance hasta los pasos 5–8 (páginas 10-11) para todos los niños.

Proporcione consejería como el paso final de la entrevista (paso 8).





## Preguntas acerca de la alimentación de un niño de 2 a 5 años

Un/a niño/a en este grupo de edad necesita una dieta nutritiva y variada y oportunidades para jugar y desarrollarse.


**Pregunte:**

**Aconseje (en el paso 8) si estas causas son identificadas:**

<p>¿Que alimentos come el niño?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Come carne, pescado, pollo? ¿Huevos, leche y sus derivados? ¿Leguminosas y semillas?</li> <li>– ¿Qué alimento básico le da al niño (por ejemplo, cereal, papilla, granos cocidos)?</li> <li>– ¿Le da un alimento básico espeso o diluido?</li> <li>– ¿Consume el niño frutas y vegetales?</li> <li>– ¿Hay algún alimento al cual el niño sea alérgico o no consuma?</li> </ul> <p>¿Cuántos tiempos de comida hace el/ niño al día?</p> <p>¿Qué cantidad de comida consume en cada tiempo?</p> <p>¿Consume entre comidas? ¿Cuántos? ¿Qué come de entre comidas?</p>	<p>Refiérase a las recomendaciones de alimentación de la página 19 del <i>Registro del Crecimiento</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aconseje a la madre a:             <ul style="list-style-type: none"> <li>– Dar al niño alimentos de la dieta familiar en tres tiempos de comida cada día.</li> <li>– Además, dos veces al día, dar refrigerios/meriendas nutritivos entre las comidas, tales como _____.</li> </ul> </li> <li>• Motive a agregar leguminosas y alimentos de origen animal para mejorar la calidad nutricional de la dieta. Esto es especialmente importante para un niño con retardo del crecimiento, para promover el crecimiento en talla sin una excesiva ganancia de peso.</li> <li>• Si la dieta es principalmente a base de cereal, motive a la madre a preparar el cereal espeso, no diluido.</li> <li>• Motive a alimentar al niño con frutas y vegetales de color amarillo y vegetales de hojas verde oscuro.</li> <li>• Si el niño es alérgico a un alimento específico de consejería acerca de el uso de un alimento alternativo que contenga nutrientes similares</li> </ul>
<p>¿Quién alimenta al niño?</p> <p>¿Cómo alimenta al niño?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Se sienta usted con el niño y lo motiva a que coma?</li> <li>– ¿Tiene su propio plato para comer?</li> </ul>	<p>Aconseje a la madre para ayudar activamente al niño a comer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Siéntese con el niño y motíVELO a comer.</li> <li>-Alimente al niño dando una porción adecuada en un plato o tazón separado.</li> <li>-Motive pacientemente al niño a comer hasta que se haya terminado su porción.</li> <li>-Ofrezca más comida al niño que termine su porción y pida más de comer.</li> </ul>
<p>¿Tiene el niño un buen apetito?</p>	<p>Motive a la madre a ofrecer una amplia variedad e alimentos que sean apetecibles para el niño.</p>

**Ahora vaya al paso 5, en la siguiente pagina y haga las preguntas sobre otros factores que pueden contribuir a la desnutrición del niño.**

2 a 5 años



**Continúe investigando (para niños de todas las edades)**

**Aconseje (en el paso 8) si estas causas son identificadas:**

**Paso 5. Pregunte: ¿Luce su niño con frecuencia cansado o enfermo, como con diarrea, tos o fiebre?**

Si no, continúe con el paso 6 abajo.

Si es así, Haga preguntas a la madre para conocer mejor la situación:

- ¿Usa la familia una letrina o inodoro?
- ¿Cuál es la fuente de agua de la familia?
- ¿Hierve o trata el agua para beber?
- ¿Cómo almacena el agua en casa?
- ¿Cómo mantiene la comida segura y limpia? (¿Lava los utensilios con agua limpia? ¿Están limpios los alimentos almacenados? ¿Son los sobrantes de comida manipulados con seguridad?)
- (Si en el área se recomienda desparasitar) ¿Ha sido el niño desparasitado recientemente?

Refiérase a las recomendaciones sobre la preparación segura de alimentos e higiene de la página 20 del *Registro del Crecimiento*.

Aconseje a la madre acerca de las causas de enfermedad recurrente, especialmente diarrea, y haga sugerencias específicas para reducir infecciones en su hogar, si es posible.

- Saneamiento inadecuado: Aconseje sobre el uso de letrina y acerca del lavado de manos después de usarla.
- Agua contaminada: Aconseje sobre la recolección, tratamiento y almacenamiento seguros de agua,
- Lavado de manos no frecuente: Aconseje sobre la forma y la frecuencia del lavado de manos (tanto del cuidador como del niño).
- Alimentos contaminados: Aconseje sobre las practicas de manipulación segura de alimentos (almacenamiento, preparación).

Si es necesario, desparasite al niño o refiéralo para desparasitación.

Si el niño tiene retardo del crecimiento, explique que la enfermedad actual, contribuye a su baja estatura. El corregir cualquier problema que pueda causar enfermedad recurrente en el hogar, es importante para mejorar el crecimiento en talla del niño.

**Paso 6. Evalúe posibles factores subyacentes (sociales y del entorno) que pueden tener afectos adversos en la alimentación y cuidado del niño.**

- ¿Con quién vive el niño? ¿Viven el padre y la madre del niño con él?
- ¿Cuántas personas viven en el hogar? ¿Cuántos niños menores de 5 años viven en la casa?
- ¿Los padres están saludables?
- ¿El padre dedica tiempo a estar con el niño y ayuda con su cuidado?
- ¿Usualmente hay suficiente comida para alimentar a la familia? Si no, ¿cuál es la principal causa del problema?

Discuta con el cuidador las posibles formas para asegurar que el niño está recibiendo alimentos, atención y cuidado adecuados. Discuta las fuentes de ayuda que pueden estén disponibles.

**Paso 7. Identifique con la madre las causas más probables de la desnutrición del niño.**

Pida la opinión de la madre acerca de las causas de desnutrición del niño. Escúchela cuidadosamente de manera que usted conozca las causas que ella reconoce.

“De acuerdo a la información que usted me ha dado, parece que la desnutrición del niño puede estar siendo causada por varios factores, sin embargo probablemente esté siendo causada por \_\_\_\_\_.”

**Paso 8. Aconseje a la madre acerca de la forma de abordar las causas de la desnutrición. Refiérase a las páginas que orientan para la consejería en relación a las causas específicas identificadas. Para causas específicas relacionadas a la alimentación pase a la:**

- página 3 - Nacimiento a 6 meses de edad
- página 5 - 6 meses a 1 año
- página 7 - 1 a 2 años
- página 9 - 2 a 5 años

**Revise también las recomendaciones de alimentación para el grupo de edad del niño descritas en el *Registro del Crecimiento*. Si el niño pasará pronto al siguiente grupo de edad, refiérase a las recomendaciones del siguiente grupo.**

**Para causas relacionadas a enfermedades recurrentes u otros factores sociales y ambientales, vea la página 10 para aconsejar.**

Pregunte: “¿Que piensa que puede hacer para ayudar al niño dadas estas causas?”

Discuta con la madre lo que es factible hacer y quien puede dar ayuda y apoyo. Reconozca su situación y motívela a tomar acción para mejorar el crecimiento de su niño. Establezca metas con la madre para unas pocas acciones (2-3) que ella pueda poner en práctica. Haga preguntas de confirmación, para asegurarse que ella sabe lo que debe hacer.

Defina con la madre la fecha para la próxima evaluación del crecimiento.



## Material de Apoyo: Investigando las Causas de Sobrepeso

Entreviste a la madre de un/a niño/a que tiene **sobrepeso** para determinar las posibles causas del problema y luego aconseje a la madre acerca de la forma de abordar las causas. Además discuta con ella las recomendaciones de alimentación para el actual grupo de edad del/la niño/a como se describe en el *Registro del Crecimiento* o para el próximo grupo de edad si el/la niño/a está a punto de pasar a ese grupo.

Use este material de apoyo cuando un niño está:

- con **sobrepeso** (por encima de puntuación  $z$  2 de peso para la longitud/talla o IMC para la edad) o
- **presenta una tendencia hacia el sobrepeso**

Déle vuelta a este folleto para ver el material de apoyo: *Investigando las Causas de Desnutrición*

Si un niño con retardo del crecimiento tiene sobrepeso o está obeso, el problema que debe abordar ahora es sobrepeso.

**Refiera para una evaluación médica o un manejo especializado** a todo niño que:

- esté **obeso** (por encima de 3 puntuación  $z$  de peso para la longitud/talla o IMC para la edad)

Si no hay un sistema de referencia para niños obesos, use este material de apoyo para entrevistar a la madre acerca de las causas y déle la consejería adecuada.

**Paso 1: Explique a la madre que hay muchas posibles causas de sobrepeso. Usted va a hacerle algunas preguntas a fin de entender mejor la situación de su niño; y con la ayuda de la madre, determinar las causas posibles del problema.**

**Paso 2: Haga las preguntas sobre alimentación para el grupo de edad del niño (en las dos páginas siguientes). Y todavía no dé ninguna consejería.**

Después de hacer las preguntas acerca de la alimentación para la edad del niño, vaya a los pasos 3–5.

Proporcione consejería como paso final de la entrevista (paso 5).

## Bebé del nacimiento a los 6 meses de edad

### Pregunte:

<p>¿Está amamantando exclusivamente a su bebé?</p> <p>Si es así, →</p>	<p><b>Consejería (en el paso 5) si estas causas son identificadas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motive a la madre a alimentar al bebé solamente con leche materna hasta la edad de 6 meses.</li> <li>• De seguridad a la madre de un bebé con lactancia materna exclusiva indicando que tales bebés adelgazan una vez que comienzan a gatear y caminar.</li> <li>• Motive a la madre para continuar la lactancia materna hasta los 2 años de edad o más.</li> </ul>
<p>¿Sigue amamantando la bebé?</p> <p>¿El bebé recibe algún tipo de fórmula o leche? Si es así,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Qué fórmula u otra leche le está dando?</li> <li>– ¿Cuánta fórmula o leche le da al niño cada día?</li> <li>– ¿Cómo prepara la fórmula o leche?</li> <li>– ¿Le agrega algo a la leche o fórmula para endulzarla o espesarla?</li> </ul>	<p>Aconseje a la madre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Si el bebé es amamantado de acuerdo a las recomendaciones en la página 14 del <i>Registro del Crecimiento</i>, no necesita alimentos o líquidos adicionales.</li> <li>• Los sucedáneos de la leche materna deben prepararse con la cantidad correcta de agua y no agregar azúcar, cereal, u otros ingredientes para espesar .</li> </ul> <p>Si el bebé no recibe leche materna, debería recibir 480 ml de fórmula al día si tiene 0-1 mes, 630 ml entre 1-2 meses, 720 ml de los 2-3 meses y 900 ml de los 4-6 meses.</p>

**Ahora vaya al paso 3 (en la página 4) para preguntar acerca de la actividad física**

## Bebé de 6 meses a 2 años de edad

### Pregunte:

<p>¿Qué alimentos complementarios consume?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Cuántas veces al día está siendo alimentado?</li> <li>– ¿Cuánta comida consume en cada tiempo?</li> <li>– ¿Cuánta fórmula u otra leche recibe?</li> </ul>	<p>Aconseje a la madre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dé alimentos complementarios nutritivos, evite alimentos grasosos, dulces y cereales refinados. Refiérase a la lista de alimentos adecuados de la página, 15 del <i>Registro del Crecimiento</i>.</li> <li>• Siga las recomendaciones acerca de tamaños de porción y número de comidas y refrigerios de la página 16 del <i>Registro del Crecimiento</i> (para la edad de 6 meses a 1 año) o página 18 (para la edad de 1 a 2 años).</li> <li>• 500 ml de fórmula u otra leche por día es suficiente cuando el niño está recibiendo también alimentos complementarios</li> </ul> <p>No obligue al niño a comer.</p>
--	--

**Ahora vaya al paso 3 (en la página 4) para preguntar acerca de la actividad física**

# Niño de 2 a 5 años de edad

## Pregunte:

## Consejería (en el paso 5) si estas causas son identificadas:

<p>¿Que come el niño en un día normal?</p> <p>¿Que tipo de alimento básico come el niño? ¿Qué tipo de pan?</p> <p>– ¿Consume refrescos? ¿Con qué frecuencia?</p> <p>– ¿Come el niño</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Pasteles o dulces? ¿Con qué frecuencia?</li> <li>• ¿Mantequilla o margarina, o pastas dulces (por ejemplo, miel, chocolate, mantequilla de maní, jalea)? ¿Cuánto?</li> <li>• ¿Refrigerios con alto contenido energético (como, chips)? ¿Qué tan seguido?</li> <li>• ¿Alimentos fritos (como, papas fritas, carne y pan frito)? ¿Qué tan seguido?</li> <li>• ¿Carne grasosa?</li> </ul>	<p>Aconseje a la madre acerca de una alimentación saludable para toda la familia, dígame que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrezca a la familia una variedad de alimentos nutritivos. Modifique la preparación de los alimentos si es necesario, a fin de usar menos grasa y menos azúcar.</li> <li>• Sugíerale fuentes no refinadas de carbohidratos, por ejemplo, pan oscuro, papas.</li> <li>• Limite el consumo de bebidas dulces (no más de dos una vez a la semana).</li> <li>• Limite el consumo de pasteles y dulces (no mas de dos a la semana).</li> <li>• Use esporádicamente pastas altas en grasa y azúcar.</li> <li>• Evite refrigerios con alto contenido energético. Provea refrigerios de frutas frescas y vegetales, por ejemplo trozos de zanahoria).</li> <li>• Disminuya la ingesta de alimentos fritos.</li> <li>• Desgrase las carnes.</li> </ul>
<p>¿Cuántas comidas y refrigerios consume el niño cada día?</p> <p>¿Considera que su niño consume mucho en cada tiempo de comida?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Planee y provea tiempos de comida y refrigerios regulares; 3 comidas 2 refrigerios nutritivos.</li> <li>• Sirva porciones pequeñas, dependiendo de la edad del niño, tamaño y nivel de actividad física. Deje que el niño termine su porción antes de ofrecerle más. Espere algunos minutos para estar segura si el niño realmente tiene más hambre, antes de servir porciones adicionales</li> <li>• No lo obligue a comer.</li> <li>• Cree un ambiente positivo durante las comidas, permitiendo que el niño se relaje y disfrute la comida.</li> <li>• Hagan los tiempos de comida en familia; los tiempos de comida deben darse durante una conversación placentera y no durante discusión de problemas.</li> </ul>
<p>¿Come el niño frecuentemente entre comidas?</p> <p>¿Se sienta usualmente a la mesa a comer?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limite el consumo de alimentos a los tiempos de comida y refrigerios programados.</li> <li>• Siempre motive a que el niño se siente a la mesa. No promueva que haga las comidas viendo televisión.</li> <li>• Evite usar la comida como una recompensa, o como una forma de calmar daño o decepción o para curar el aburrimiento.</li> </ul>

**Ahora vaya al paso 3 (en la página siguiente) para preguntar acerca de la actividad física**



## Continúe investigando (para niños de todas las edades)

### Pregunte:

#### **Paso 3: Pregunte acerca de actividad física en todos/as los niños/as mayores de 6 meses**

¿Cuántas horas de inactividad física tiene el/la niño/a cada día? (Por ejemplo, ¿Cuanto tiempo pasa un/a bebé en su cuna o porta bebé? ¿Cuántas horas dedica a ver televisión, juega con computadoras o juegos de video?)

¿Qué oportunidades tiene el niño para actividad física y jugar? ¿Con qué frecuencia?

### Aconseje (en el paso 5) si estas causas son identificadas:

- Permita que los bebés gateen y se muevan de un lado a otro en un entorno seguro.
- Limite el tiempo dedicado a ver televisión o con juegos de video.
- Si el niño tiene televisión o computadora e su habitación, muévalo al área familiar y limite su uso.
- Provea oportunidades y motive para juegos y movimientos activos como marchar, saltar, tirar, patear y dar brincos.
- Busque actividades físicas que el niño disfrute. Involucre al niño en las tareas de la casa, por ejemplo, lavar, barrer y cargar.
- Motive a la familia involucrarse en actividades físicas regulares, por ejemplo, caminatas, andar en bicicleta, juegos de pelota.

#### **Paso 4: Identifique con la madre las causas más probables del sobrepeso del/la niño/a.**

Pida la opinión de la madre acerca de las causas del sobrepeso del niño. Escúchela cuidadosamente de manera que usted conozca las causas que ella reconoce

“De acuerdo a la información que usted me ha dado, parece que el sobrepeso del niño puede estar siendo causado por varios factores, sin embargo probablemente esté siendo causado por \_\_\_\_\_.”

#### **Paso 5: Aconseje a la madre acerca de la forma de abordar las causas del sobrepeso. Considere lo que ha aprendido acerca de los patrones familiares de alimentación, opciones de comidas y actividad física. Refiérase a la consejería provista para causas específicas en las páginas 2 a 4. Revise también las recomendaciones de alimentación para el grupo de edad del niño descritas en el *Registro del Crecimiento*. Si el niño pasará pronto al siguiente grupo de edad, refiérase a las recomendaciones del siguiente grupo.**

Pregunte: “¿Que piensa que puede hacer para ayudar al niño dadas estas causas?”

Discuta con la madre lo que es factible hacer y quien puede dar ayuda y apoyo. Reconozca su situación y móvuela a tomar acción para mejorar el crecimiento de su niño. Establezca metas con la madre para unas pocas acciones (2-3) que ella pueda poner en práctica. Haga preguntas de confirmación, para asegurarse que ella sabe lo que debe hacer.

Defina con la madre la fecha para la próxima evaluación del crecimiento.