

Fórmulas para la ctantes

Su elección debe ser bajo orientación médica y así lo deben indicar en su envase.

Tiempo de lectura: 15 minutos.

a alimentación durante el primer año de vida es de vital importancia. En este periodo necesitamos los nutrientes en su justa proporción y composición para garantizar el correcto desarrollo de:

Teiidos

Órganos

Functiones

Esto es posible gracias a la leche materna, que además de ser rica en anticuerpos fortalece el sistema inmune del bebé.





































NORMATIVIDAD

 NOM-002-SCFI-2011. Productos preenvasados- Contenido neto-Tolerancias y métodos de verificación.

• NOM-051-SCFI/SSA1-2010. Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados- Información comercial y sanitaria.

NOM-131-SSA1-2012, Productos y servicios. Fórmulas para lactantes, de continuación y para necesidades especiales de nutrición. Alimentos y bebidas no alcohólicas para lactantes y niños de corta edad. Disposiciones y especificaciones sanitarias y nutrimentales. Etiquetado y métodos de prueba.

FICHA TÉCNICA

Periodo de adquisición del producto: del 17 al 24 de noviembre del 2021. Periodo del estudio: del 17 de noviembre del 2021 al 14 de febrero del 2022. Marcas analizadas: 18. Pruebas realizadas: 126. La NOM-131-SSA1-2012 indica los siguientes ingredientes, así como sus cantidades y permite la adición de ingredientes tales como: probióticos, prebióticos y otros nutrimentos*.

DERIVADOS LÁCTEOS

Son fuente de proteína:

• Suero

 Concentrados de proteína

• Leche

• Sólidos de la leche

ACEITES VEGETALES

Aportan grasa a la fórmula.

• Palma

• Coco

• Canola

• Soya

• Girasol

• Maíz

PREBIÓTICOS

Son ingredientes no digeribles que estimulan el crecimiento o actividad de bacterias en el intestino del lactante.

• GOS (Galacto-oligosacáridos)

• 2'-Fucosil-Lactosa

• FOS (Fructo-oligosacáridos)

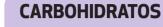
• HMO (Oligosacáridos de leche humana)

PROBIÓTICOS

Algunas fórmulas están adicionadas con probióticos, que son microorganismos que ayudan a complementar la concentración de bacterias benéficas ya presentes de forma natural en el intestino del lactante.

ÁCIDOS GRASOS

Ácido linoléico (Omega 6), Ácido alfa-linolénico (Omega 3) y podrán adicionar DHA (Ácido Docosahexaenóico) y ARA (Ácido Araquidónico). Funcionan para estimular el desarrollo del cerebro, ojos y sistema inmunológico del bebé.



La lactosa, azúcar presente en la leche, y polímeros de glucosa (por ejemplo: maltodextrinas) deben ser los hidratos de carbono preferidos para estos productos.

Las fórmulas deben contener las vitaminas y los minerales que se señalan a continuación, dentro de los límites que indica la norma:

VITAMINAS

Ácido Fólico (B9)

Cianocobalamina (B12)

• Pirodixina (B6)

13

Ácido Pantoténico (B5)

• Vitaminas A, C, D, E, K1

• Rivoflavina (B12)

• Biotina (H)

Niacina (B3)

• Tiamina (B1)

MINERALES

Sodio

Fósforo

I • Cobre

Potasio

Magnesio

• Zinc

• Cloro

• Hierro

Manganeso

Calcio

• Yodo

• Selenio

OTROS NUTRIMENTOS*

Se les pueden adicionar otros nutrimentos con funciones específicas, de acuerdo a los requerimientos del bebé. La norma establece las cantidades que pueden tener.

• Colina

L-carnitina

• DHA

Mioinositol

Taurina

Nucleótidos

ALMIDONES

Pueden añadirse almidones naturalmente exentos de gluten precocidos y/o gelatinizados en un máximo del 30% del contenido total de hidratos de carbono.

ACTANCIAMATERNA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la Lactancia Materna de forma exclusiva durante los primeros 6 meses de vida.

Casos en los que se utilizan las fórmulas para lactantes

- · La madre no puede amamantar.
- La leche materna no está disponible. | La lactancia natural no es apropiada. Por ejemplo, cuando la madre está tomando una medicación contraindicada para la lactancia o cuando es portadora del VIH.

NO SUPERAN A LA LECHE MATERNA

Por norma, las fórmulas para lactantes deben señalar en su etiqueta una leyenda donde se afirme la superioridad de la lactancia materna, por ejemplo:

- "La leche materna es el mejor alimento para el bebé"
- "La leche materna contiene hormonas, enzimas activas y otros compuestos que no pueden ser duplicados en ninguna fórmula para lactantes"



BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

PARA EL BEBÉ

- Proporciona los nutrientes ideales para su desarrollo.
- Disminuye el riesgo de enfermedades como la diarrea, gripa, infecciones, alergias, estreñimientos, cólicos, reflujo, muerte súbita, entre otras.
- Mejora el desarrollo intelectual, psicomotor y la agudeza visual.
- Brinda protección, cariño, confianza y seguridad.

PARA LA MADRE • Reduce el riesgo de hemorragia materna en el posparto.

• Estimula la producción de leche materna.

de peso durante el posparto.

Puede favorecer la pérdida

• Disminuye el riesgo de cáncer ovárico y mamario.

A pesar de la variedad y mejora en las fórmulas, lo ideal es alimentar a un lactante con la leche materna.

González de Cosio, Teresita y Hernández Cordero, Sonia. Lactancia Materna en México, en https://bit.ly/3NjP8tB

FÓRMULAS PARA LACTANTES

Anteriormente se llamaban Fórmulas de Inicio para Bebés. Buscan tener la cantidad de nutrientes necesarios y ser una alternativa para los bebés que no pueden ser amamantados.

La NOM-131-SSA1-2012 propone cuatro clasificaciones:



FÓRMULA PARA LACTANTES

Sucedáneo de la leche materna especialmente fabricado para satisfacer, por sí solo, las necesidades nutrimentales de los lactantes durante sus primeros meses de vida hasta la introducción de la ablactación o alimentación complementaria correspondiente.

FÓRMULA DE CONTINUACIÓN

Alimento destinado a ser utilizado como componente líquido de la dieta de destete del lactante a partir del sexto mes y para niños de corta edad.



Estas fórmulas son para ser consumidas en casos de trastornos, enfermedades o condiciones médicas específicas, por ejemplo: intolerancia a la lactosa o alergias a componentes de la leche.

SU USO DEBE SER BAJO ORIENTACIÓN MÉDICA

Para seleccionar el tipo de fórmula se debe analizar la situación particular del bebé y así ofrecerle un alimento acorde a su salud y con base en las recomendaciones de su médico, ya que cada fórmula tiene una composición y características específicas.

Por lo anterior, deben señalar en su etiqueta las leyendas:

Fórmulas para lactantes	Fórmulas de continuación
"El uso de este pro- ducto debe hacerse bajo orientación médica"	"El uso de este pro ducto debe hacers bajo orientación d un profesional de la salud (médico o nutriólogo)"

CONOCE EL ESTUDIO

Se analizaron 18 fórmulas para lactantes:

A base de leche de vaca











Novamil

Well Beginnings

PORMULA COM HERMO PORMULA PORM

















Novamil



Las pruebas

Cada producto fue sometido a las pruebas que se describen a continuación:

Información al consumidor

Se revisó que la etiqueta incluyera:

- Contenido neto
- Denominación
- •Marca
- •Razón social
- Nombre y domicilio del fabricante o comercializador
- •Lote
- •Fecha de caducidad
- Valores nutrimentales del producto
- •Instrucciones de preparación y conservación
- •Instrucciones para su almacenamiento, conservación, uso, preparación y consumo.
- ·Levendas de advertencia como la que señala que la fórmula se consumirá exclusivamente bajo prescripción médica y la que afirma la superioridad de la lactancia materna.

- •Los productos no debían incluir levendas o imágenes que indujeran al error o engaño.
- •Leyendas de advertencia para que la fórmula no sea calentada en horno de microondas.
- •Una leyenda que indique que deben ser preparadas con agua hervida y en caso de no contar con ésta se podrá utilizar agua purificada a temperatura ambiente.
- •El intervalo de edad al que está dirigida la fórmula.
- •Una declaración referente a que los lactantes. además del consumo de la fórmula. también deben ser ablactados a partir de una edad que sea apropiada para su crecimiento específico y necesidades de desarrollo según la orientación del profesional de salud.

Nutrimentos¹

Se evaluó que cumplieran con el contenido declarado en:

Proteína / Grasa / Carbohidratos / Contenido energético (kcal)

Vitaminas

Se evaluó su contenido vitamínico.

Minerales

Se evaluó su contenido de minerales.

Ácidos Grasos

Se evaluó su contenido de ácidos grasos.

Ingrediente lácteo

Se verificó que fuera de leche de vaca o de leche de cabra.

Probióticos y **Prebióticos**

Se verificó la presencia de probióticos y prebióticos.

Otros ingredientes

Se evaluó el contenido de ingredientes añadidos.

Calidad sanitaria

Se verificó que no tuvieran microorganismos patógenos, como salmonela

Contenido neto

Se verificó que cumplieran con el contenido neto declarado.

¹En el caso de las proteínas, la grasa y los carbohidratos se cotejaron los gramos en una medida de polvo para una onza de fórmula preparada.



FÓRMULAS A BASE DE LECHE DE VACA

Abbot Similac 1 Fórmula con hierro para lactantes/



Abbott

Proteína¹

$0.44\,\mathrm{g/oz}$

Grasa¹ Carbohidratos¹

2.24 g/oz

Nutrimentos

1.18 g/oz

Contenido Energético²

21 kcal/oz

Vitaminas

Minerales

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Ingrediente lácteo con que se elabora

Ingredientes adicionales

Leche descremada y concentrado de proteína de suero de leche

Prebióticos, Triptofano, Colina, Nucleótidos, Inositol, Taurina, Carnitina, Luteína, Beta-caroteno, DHAyARA.

AlphaPro

lactantes 0-6 meses/ México/400



Nucitec[®]

Proteína¹ $0.41 \, \text{g/oz}$

Nutrimentos

Grasa¹

Carbohidratos¹ 2.98 g/oz

Contenido Energético² 23 kcal/oz

Vitaminas **Minerales**

 $1.03 \, \text{g/oz}$

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma

Ingrediente lácteo con que se elabora

Ingredientes adicionales

Leche descremada y concentrado de proteína de suero.

Prebióticos, Mioinositol, Colina, Taurina, L-carnitina, Luteína, Nucleótidos, DHA y ARA.

alula SMA GOLD

México/900 g

LACTALIS



Nutrimentos

Proteína¹

Vitaminas

Grasa¹

Carbohidratos¹ $2.42\,\mathrm{g/oz}$

Contenido Energético²

 $0.41 \, \text{g/oz}$ 1.21 g/oz

22 kcal/oz

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Minerales

Ingrediente lácteo con que se elabora

Leche descremada, suero concentrado con alfa-lactoalbúmina.

Ingredientes adicionales

Colina, Mioinositol, Alfa-Lacto albumina, Beta-Palmitato (sn-2), Nucleótidos, Taurina, L-Carnitina, Luteína, DHA y ARA.

¹Gramos en una medida de polvo para una onza de fórmula preparada. ²kcal en una medida de polvo para una onza de fórmula preparada. Productos ordenados alfabéticamente.

\$ Precio promedio por producto.



Minerales

ecios Promedios de Fórmulas para Lactantes n la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Guadalajara y Querétaro, levantados lel 21 de febrero al 2 de marzo del 2022.

*Precio obtenido por internet el 2 de marzo del 2022.

Carbohidratos¹



Proteína¹

 $0.42\,\mathrm{g/oz}$

Vitaminas

Fórmula para lactantes con hierro y una mezcla de prebióticos/

México/375g



Ingrediente lácteo con que se elabora

Leche descremada y sólidos de la leche.

 $2.62\,\mathrm{g/oz}$ 22 kcal/oz

Contenido Energético²

Contenido

Revista del CONSUMIDOR

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Ingredientes adicionales

Prebióticos, Colina, Inositol, L-Carnitina, Taurina,

Frisolac GOLD Fórmula para lactantes/ —Holanda/800 g

Meadjohnson





Nutrimentos

Proteína¹

 $0.46\,\mathrm{g/oz}$

Vitaminas

Grasa¹

1.15 g/oz

Grasa¹

1.11 g/oz

Carbohidratos¹

Energético² $2.40\,\mathrm{g/oz}$ 22 kcal/oz

Minerales Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Ingrediente lácteo con que se elabora

Leche descremada, suero de leche desmineralizado, concentrado de proteína de suero de leche.

Ingredientes adicionales

Prebióticos, Nucleótidos, Colina, Taurina, Mioinositol, L- Carnitina, DHA y ARA.

Hipp Orgánico COMBIOTIC

Fórmula para lactantes/ Alemania/600g



ORGÁNICO

Proteína¹ $0.44\,\mathrm{g/oz}$

1.23 g/oz

Grasa¹

Carbohidratos¹ $2.46 \, \text{g/oz}$

Contenido Energético² 23 kcal/oz

Vitaminas

Minerales

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Nutrimentos

Ingrediente lácteo con que se elabora

Ingredientes adicionales

Leche descremada, producto de suero de leche.

Prebióticos, Probióticos, Colina, DHA y ARA.

FÓRMULAS A BASE DE LECHE DE VACA

 $0.59 \, \text{g/oz}$

Vitaminas



Nutrimentos

Grasa¹ Carbohidratos¹ Proteína¹

Contenido Energético²

1.26 g/oz $2.80\,\mathrm{g/oz}$

Minerales

25 kcal/oz

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Ingrediente lácteo con que se elabora

Ingredientes adicionales

Leche desnatada y suero de leche en polyo parcialmente desmineralizado

Colina y Mioinositol.



Fórmula con hierro para lactantes/ México/400 g



Proteína¹

 $0.43 \, \text{g/oz}$

Proteína¹

 $0.44\,\mathrm{g/oz}$

Vitaminas

Vitaminas

Grasa¹

Carbohidratos¹

Contenido Energético² 21kcal/oz

Contenido

Energético²

21 kcal/oz

Ácidos grasos

 $1.08\,\mathrm{g/oz}$ $2.50\,\mathrm{g/oz}$

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Nutrimentos

Minerales

Contienen los establecidos por norma.

Grasa¹

 $1.08\,\mathrm{g/oz}$

Minerales

Nutrimentos

Ingrediente lácteo con que se elabora

Ingredientes adicionales

Suero concentrado en proteína y leche descremada en polvo.

Colina, Mioinositol, Nucleótidos, Taurina, L-Carnitina, DHA y ARA.

Natu® Baby

Fórmula para lactantes con Hierro/ México/400 g

LACTALIS



Ingrediente lácteo con que se elabora

Ingredientes adicionales

Colina, Inositol, Nucleótidos, Taurina, L-Carnitina, Sólidos de la leche y leche descremada. DHAyARA.

Carbohidratos¹

 $2.49 \, \text{g/oz}$

¹Gramos en una medida de polvo para una onza de fórmula preparada.

\$ Precio promedio por producto.



Nutrimentos

ecios Promedios de Fórmulas para Lactantes Campeche, Guadalajara y Querétaro, levantados lel 21 de febrero al 2 de marzo del 2022.

*Precio obtenido por internet el 2 de marzo del 2022.

Nestié NAN **OPTIMAL pro**

Fórmula para lactantes con hierro y probióticos/ México/400 g

Grasa¹ Proteína¹

1.16 g/oz

Contenido Carbohidratos¹ Energético²

Revista del CONSUMIDOR

 $2.53 \, \text{g/oz}$ 22 kcal/oz

Vitaminas

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Nutrimentos

Minerales

Contienen los establecidos por norma.

Minerales

Ingrediente lácteo con que se elabora

 $0.42\,\mathrm{g/oz}$

Proteína de suero de leche de vaca desmineralizado y leche descremada.

Ingredientes adicionales

Prebióticos, Probióticos, Colina, Inositol, Taurina, Nucleótidos, Carnitina, HMO, DHA y ARA.

Nestlé NIDAL Bebé

Fórmula para lactantes con hierro y probióticos/

México/800g

Nestle

Proteína¹

 $0.42\,\mathrm{g/oz}$ 1.18 g/oz

Vitaminas

Carbohidratos¹

Contenido Energético²

Ácidos grasos

 $2.54 \,\mathrm{g/oz}$ 22 kcal/oz



Ingrediente lácteo con que se elabora

Grasa¹

Proteína de suero de leche y leche descremada.

Ingredientes adicionales

Probióticos, Colina, Inositol, Taurina y Carnitina.

Novamil

Fórmula con hierro para lactantes/

\$158

Alemania/400 g

Novami

Genomma Lab.® Internacional

Nutrimentos

Proteína¹ $0.44\,\mathrm{g/oz}$

Grasa¹ $1.09\,\mathrm{g/oz}$ Carbohidratos¹

 $2.53 \, \text{g/oz}$

Contenido Energético² 22 kcal/oz

Vitaminas

Minerales

Ácidos grasos

Contienen los establecidos por norma.

Ingrediente lácteo con que se elabora

Sólidos de la leche y leche descremada.

Ingredientes adicionales

Colina, Inositol, Taurina y L-Carnitina.

²kcal en una medida de polvo para una onza de fórmula preparada. Productos ordenados alfabéticamente.

FÓRMULAS A BASE DE LECHE DE VACA

Novamil AC 1 Fórmula para lactantes con hierro/ Francia/400g Novami con

Nutrimentos Contenido Proteína¹ Grasa¹ Carbohidratos¹ Energético² $0.48\,\mathrm{g/oz}$ $1.09\,\mathrm{g/oz}$ $2.55 \, \text{g/oz}$ 22 kcal/oz Ácidos grasos Vitaminas **Minerales** Contienen los establecidos por norma. Ingrediente lácteo con que se elabora Ingredientes adicionales Sólidos de la leche y leche descremada. Colina, Inositol, Taurina y L-Carnitina.

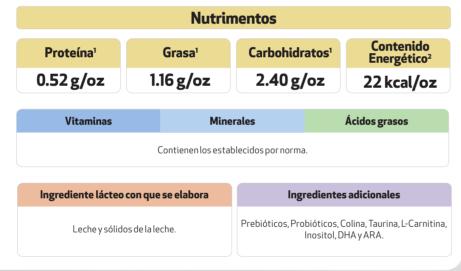


RHEIN

Genomma Lab.®

Internacional

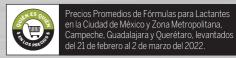






Nutrimentos					
Proteína¹	Grasa ¹	Carbohidratos ¹	Contenido Energético ²		
0.43 g/oz	1.09 g/oz	2.68 g/oz	22 kcal/oz		
Vitaminas	Mine	Minerales			
Contienen los establecidos por norma.					
Ingrediente lácteo c	on que se elabora	Ingrediente	s adicionales		
Leche descremada y sólidos de la leche (suero de leche desmineralizado).		Prebióticos, Nucleótidos, Colina, Taurina, Inositol, L-Carnitina, DHA y ARA.			

\$ Precio promedio por producto.



Revista del CONSUMIDOR

*Precio obtenido por internet el 2 de marzo del 2022.





FÓRMULAS A BASE DE LECHE DE CABRA



en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Guadalajara y Querétaro, levantados del 21 de febrero al 2 de marzo del 2022.

*Precio obtenido por internet el 2 de marzo del 2022.

Precio promedio por producto.



Holle Orgánica FÓRMULA PARA LACTANTES A BASE DE LECHE DE CABRA/ Austria/400 g



Nutrimentos						
Proteína¹		Grasa ¹	Carbohidra	tos¹	Contenido Energético ²	
0.48 g/oz	1.	16 g/oz	2.55 g/c)Z	23 kcal/oz	
Vitaminas que conti	ue contiene Minerales q		ue contiene		Ácidos grasos	
Contienen los establecidos por norma.						
Ingrediente lácteo con que se elabora			Ingredientes adicionales			
Leche entera de cabra en polvo.			Colina, Mioinositol, L-carnitina, DHA y ARA.			

²kcal en una medida de polvo para una onza de fórmula preparada. Productos ordenados alfabéticamente.

CONCLUSIONES

CUMPLEN CON LA NORMA DE FÓRMULAS PARA LACTANTES

Todos los productos analizados cumplen con lo establecido en la NOM-131-SSA1-2012.

SON VERACES EN SU INFORMACIÓN

Las fórmulas analizadas son veraces en cuanto a la información al consumidor que ostentan en su etiqueta.



CUMPLEN EN CONTENIDO NETO

el contenido neto declarado en su etiqueta.

CUMPLEN EN CALIDAD SANITARIA

Todas las fórmulas analizadas cumplieron con no contener microorganismos patógenos como salmonela, el cual puede causar diarrea.

LA DIFERENCIA ESTÁ EN LO QUE AÑADEN

Las marcas se diferencian entre sí por la adición de ingredientes como ácidos grasos, prebióticos y probióticos o aminoácidos permitidos por la norma para nutrir al be-



CONCLUSIONES

CONTIENEN ACEITE DE PALMA

Su cultivo a gran escala en países como Indonesia y Malasia ha provocado la destrucción de grandes bosques tropicales y en consecuencia ha puesto en peligro a orangutanes, gibones, tigres de Sumatra, rinocerontes, elefantes y tapires.



alula SMA GOLD México/900 g





Nestlé NIDAL Bebé v probióticos/ México/800 g



Well Beginnings



Enfamil PREMIUM mezcla de prebióticos/ México/375 g

Fórmula con hierro para lactantes/

México/400 g

Alemania/400 g





Francia/400 g



Novamil AC



Hipp Orgánico COMBIOTIC

Nestlé NAN OPTIMAL pro

probióticos/ México/400 g

Nutrilon Premium+

CONSIDERACIONES

Sigue las instrucciones

Para preparar la fórmula coloca primero el agua y después el polvo. Usa la medida incluida en el producto y sigue las instrucciones de preparación descritas por el fabricante.





Solo los médicos pueden indicarla

Como profesional, es la única persona que puede decirte si tu bebé necesita fórmula y te ayudará a elegir la adecuada. Evita las recomendaciones de otras personas.



Cuida la higiene al prepararla

Al preparar la fórmula considera la importancia de la limpieza del biberón y demás accesorios. Esterilízalos antes de su uso, lávate las manos antes de la preparación y utiliza agua potable y hervida por 5 minutos. En caso de no contar con agua hervida utiliza agua purificada. El agua puede ser un vehículo de contaminación bacteriana o puede aumentar el contenido de minerales de la fórmula.



Aprende más sobre el tema en nuestra edición 511.

https://bit.ly/3tV6kya





CONSIDERACIONES

Cerciórate de la temperatura

Deja caer algunas gotas en tu muñeca antes de alimentar al bebé.
No hiervas o sobrecalientes
la fórmula, hay ingredientes como los probióticos
(bacterias benéficas)
que no resisten las
altas temperaturas.

Considera las alergias del bebé

Las fórmulas evaluadas contienen alérgenos: leche, pescado (aceite), soya, lo que debe considerarse para aquellos bebés con alergias.

Los pequeños con intolerancia a la lactosa o alergia a la proteína de la leche no deben tomar fórmulas elaboradas a base de leche.

La ingesta debe ser acorde a la edad

El número de tomas al día, es según la edad del bebé. Consulta a su médico. Las fórmulas para lactantes destinadas a ser consumidas en los primeros meses de vida (de 0 a 6 meses) están identificadas en la etiqueta con un número "1".

Considera el tipo de leche que le das a tu bebé

necesita o provocar deshidratación.

La leche materna y las fórmulas para lactantes son las únicas indicadas para bebés.

No cambies el producto de envase

Conserva el producto en el envase original, ciérralo con sus tapas plásticas y almacénalo en un lugar fresco y seco, no lo refrigeres. Desecha el producto si cambia de color, olor o apariencia.



No mezcles marcas Nunca mezcles diferentes marcas ya que puede alterar la dosis nutrimental que tu bebé requiere. Tampoco adiciones algo más a la fórmula, de lo contrario podría aportar menos nutrimentos de los que

Es variable y depende de la etapa después del nacimiento del bebé. En ese sentido, la leche madura que pudiera compararse con las fórmulas, comienza su producción a partir del día 15 postparto y puede continuar por más de 15 meses.

	Leche materna	Fórmulas para lactantes analizadas
Grasa	1.05 - 1.35 gramos por onza	1.03 - 1.26 gramos por onza
Proteína	0.69 gramos por onza	0.41 - 0.59 gramos por onza
Carbohidratos	1.80 - 2.10 gramos por onza	2.24 - 2.98 gramos por onza

Fuente: García-López, Roxanna. Composición e inmunología de la leche humana. Acta Pediátrica de México, vol. 32, núm. 4, julio-agosto, 2011, pp. 223-230 Instituto Nacional de Pediatría, Distrito Federal, México. Recuperado el 3 de marzo del 2022 de: https://ojs.actapediatrica.org.mx/index.php/APM/article/viewFile/494/493

