

CEREALES Y ALIMENTOS PARA BEBÉS Y NIÑOS DE CORTA EDAD

Elige adecuadamente lo que tu pequeño necesita.

⌚ Tiempo de lectura: 15 minutos.

La nutrición en los lactantes y niños pequeños es fundamental para que su desarrollo sea bueno. Una vez pasados los 6 meses de lactancia exclusiva, los bebés comienzan a comer otros alimentos en forma de papillas y jugos; en este proceso la mejor opción son los alimentos preparados en casa, aunque también se pueden adquirir comidas envasadas. Pusimos a prueba algunos productos industrializados para conocer sus contenidos nutrimentales.

NORMATIVIDAD

Para la realización del presente estudio se tomaron como referencia las siguientes normas:

- **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 del estudio: del 21 de octubre al 13 de enero del 2023.

Periodo de adquisición del producto: del 21 al 26 de octubre del 2022.

Marcas analizadas: 30.

Pruebas realizadas: 316.



¿QUÉ DEBE COMER UN BEBÉ?



Durante los primeros 6 meses de vida el lactante se debe alimentar exclusivamente con leche materna, la cual cubre por completo sus necesidades nutricionales¹.

A partir de dicha edad es necesario variar su dieta, los cereales constituyen una fuente nutricional importante en esta etapa y con frecuencia son el primer alimento que se agrega a su alimentación. **La introducción de alimentos diferentes a la leche materna en la dieta de un bebé siempre debe hacerse bajo supervisión de un pediatra.**

ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA



Alrededor de los 6 meses las necesidades de energía y nutrientes del lactante empiezan a ser superiores a lo que puede aportar la leche materna, por ello es necesario introducir una alimentación complementaria. Si no se incluyen estos alimentos a partir de los 6 meses o si son administrados de forma incorrecta, el crecimiento del niño puede verse afectado.

PRINCIPIOS APROPIADOS PARA LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA²

- Seguir con la lactancia materna a demanda, con tomas frecuentes, hasta los 2 años o más.
- Ofrecer una alimentación que corresponda a las necesidades del niño (por ejemplo, darles de comer a los lactantes y ayudar a los niños mayores; alimentarlos lenta y pacientemente, alentándolos a comer sin ser forzados y hablarles manteniendo el contacto visual).
- Mantener una buena higiene y manipular los alimentos adecuadamente.
- Empezar a los 6 meses con pequeñas cantidades de alimentos y aumentarlas poco a poco a medida que el niño va creciendo.
- Aumentar gradualmente la consistencia y variedad de los alimentos.
- Aumentar el número de comidas: 2 a 3 al día para los lactantes de 6 a 8 meses, y 3 a 4 al día para los de 9 a 23 meses, con 1 o 2 refrigerios adicionales si fuera necesario.
- Dar alimentos variados y ricos en nutrientes.
- Usar alimentos complementarios enriquecidos o suplementos de vitaminas y minerales, si fuera necesario.
- Durante las enfermedades, aumentar la ingesta de líquidos, incluida la leche materna, y darles alimentos blandos y favoritos.

¹No practicar la lactancia natural exclusiva durante el primer año de vida representa un riesgo importante a efectos de morbilidad y mortalidad del lactante y del niño pequeño y se agrava aún más por la alimentación complementaria inadecuada. Las repercusiones duran toda la vida y son, entre otras, los malos resultados escolares, una productividad reducida, así como las dificultades de desarrollo intelectual y social. "Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño", página de internet: <https://www.paho.org/es/documentos/estrategia-mundial-para-alimentacion-lactante-nino-pequeno-1>

²"Alimentación del lactante y del niño pequeño", página de internet: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>

SUPERVISIÓN DE UN PEDIATRA

Comenzar con la alimentación complementaria (ablactación) requiere la supervisión de un pediatra, ya que las necesidades de los bebés son diferentes. Recuerda que no todos los lactantes y niños de corta edad son iguales.

¿QUIÉN REGULA ESTOS ALIMENTOS?



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

La Secretaría de Salud regula los alimentos de los lactantes y niños de corta edad mediante la 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", en la cual se encuentran las siguientes definiciones:

Lactante:

Niños hasta los 12 meses de edad.

Niño de corta edad:

Niños mayores de 12 meses y hasta los 36 meses de edad.

Ablactación o alimentación complementaria:

Incorporación a la dieta del lactante de alimentos diferentes a la leche materna o similares, realizándose gradual y progresivamente a partir de los 6 meses de edad o de acuerdo a las necesidades de cada lactante³.

¿QUÉ SE REGULA EN ESTOS PRODUCTOS?



• Disposiciones sanitarias para alimentos y bebidas no alcohólicas para lactantes y niños de corta edad.



• Especificaciones microbiológicas.



• Nutrimentales.



³"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", página de internet: https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5267447&fecha=10/09/2012#gsc.tab=0

CONOCE EL ESTUDIO

SE ANALIZARON 30 PRODUCTOS:

- 3 Cereales para niños de corta edad
- 1 Cereal reducido en azúcar para niños de corta edad
- 9 Cereales para lactantes
- 1 Cereal orgánico para lactantes
- 3 Alimentos para lactantes
- 7 Alimentos para niños de corta edad
- 6 Galletas para lactantes y niños de corta edad

LAS PRUEBAS

Información Comercial

Se verificó que el etiquetado de información al consumidor que presentan los productos en su empaque incluyera la siguiente información en español, requerida por la normatividad nacional vigente, como:

Lote

La cantidad de un producto elaborado en un mismo ciclo e identificado con un código específico.

Marca

Distintivo del producto.

Denominación

Debe indicar el grupo al que va dirigido el producto.

Fecha de caducidad

Fecha límite en que se considera que las características sanitarias y de calidad que debe reunir para su consumo un producto, almacenado en las condiciones sugeridas, se reducen o eliminan de tal manera que después de esta fecha no debe comercializarse ni consumirse.

Contenido neto

Cantidad contenida en el envase.

Nombre, denominación o razón social y domicilio fiscal del responsable del producto

Declaración nutrimental

Relación o enumeración del contenido de nutrimentos de un alimento o de una bebida no alcohólica preenvasados.

Leyendas obligatorias

Tales como: "Utilícese leche o fórmula pero no agua", "Utiliza la leche materna o la leche recomendada por tu profesional de la salud", entre otras.

Instrucciones de preparación o uso

La etiqueta debe contener las instrucciones de uso cuando sean necesarias sobre el modo de empleo, incluida la reconstitución, si es el caso, para asegurar una correcta utilización del producto preenvasado.

Ingredientes

Cualquier sustancia o producto, incluidos los aditivos, que se emplee en la fabricación, elaboración, preparación o tratamiento de un alimento o bebida no alcohólica y esté presente en el producto final, transformado o no.

Alérgenos

Ingredientes o componentes que sean causantes de hipersensibilidad (alérgenos alimentarios). Deberán declararse al final de la lista de ingredientes.

Información Nutrimental Complementaria

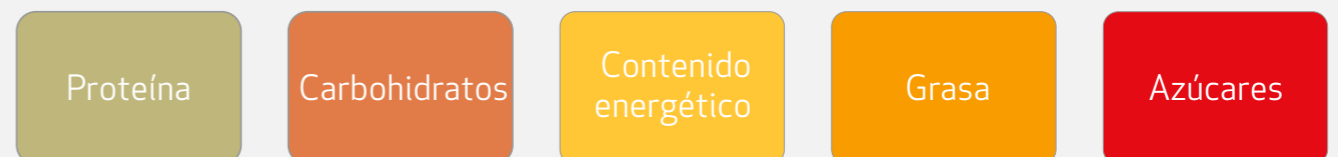
Todos los productos analizados están exentos de la aplicación de la información nutrimental complementaria (sellos de advertencia).

Información Comercial



Información Nutrimental

Debido a la importancia que tiene el contenido de nutrimentos de estos alimentos, se comprobó su contenido por 100 g de producto de:



Es importante mencionar que en las tablas se muestran los contenidos de proteína, grasa, carbohidratos y contenido energético por porción. También se señala el tamaño de porción, en los productos que no mencionaban este dato se realizó por envase, principalmente en las galletas y en los *snacks* los contenidos varían de acuerdo al consumo.

CEREALES PARA NIÑOS DE CORTA EDAD

Cerelac Nestlé

Cereal con leche. Cereal seco para niños de corta edad, de trigo, con leche, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 12 meses
 México/370g



\$74

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 30.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia			
13.2 g/100g	4.0 g/porción	70.5 g/100g	21.1 g/porción		
Contenido energético		Grasa		Azúcares	
435 kcal/100g	131 kcal/porción	11.2 g/100g	3.4 g/porción	32.6 g/100g	9.8 g/porción

\$ Precio por envase.

\$ Precio obtenido por Internet el 20 de febrero del 2023.



Precios Promedio de Cereales y Alimentos para Bebés y Niños de Corta Edad en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Durango, Villahermosa y Zatecas, levantados del 9 al 20 de febrero del 2023.

Gerber

Trigo Integral Miel. Cereal seco para niños de corta edad, de trigo, con miel, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 12 meses
 México/200g



\$36

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 15.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia			
10.4 g/100g	1.6 g/porción	80.5 g/100g	12.1 g/porción		
Contenido energético		Grasa		Azúcares	
393 kcal/100g	59 kcal/porción	3.3 g/100g	0.5 g/porción	29.7 g/100g	4.5 g/porción

CEREAL REDUCIDO EN AZÚCAR PARA NIÑOS DE CORTA EDAD

Nestum Nestlé

Trigo y miel. Cereal seco para niños de corta edad, de trigo, con miel, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 12 meses
 México/270g



\$50

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 15.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia			
9.6 g/100g	1.4 g/porción	82.9 g/100g	12.4 g/porción		
Contenido energético		Grasa		Azúcares	
400 kcal/100g	60 kcal/porción	3.3 g/100g	0.5 g/porción	32.1 g/100g	4.8 g/porción

Cerelac Nestlé*

Cereal con leche reducido en azúcar. Cereal seco para niños de corta edad, de trigo, con leche, reducido en azúcar, adicionado con vitaminas y minerales a partir de los 12 meses
 Chile/1kg



\$187

Información al consumidor: ✗

Tamaño de porción: 14.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia			
15.2 g/100g	2.1 g/porción	68.7 g/100g	9.6 g/porción		
Contenido energético		Grasa		Azúcares	
432 kcal/100g	60 kcal/porción	10.7 g/100g	1.5 g/porción	29.4 g/100g	4.1 g/porción

Lo que encontramos

- No presenta la leyenda "Utilícese leche o fórmula pero no agua", por lo que incumple la NOM-131-SSA1-2012.

CEREALES PARA LACTANTES

Precios Promedio de Cereales y Alimentos para Bebés y Niños de Corta Edad en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Durango, Villahermosa y Zatecas, levantados del 9 al 20 de febrero del 2023.

Precio por envase.
 Precio obtenido por Internet el 20 de febrero del 2023.

Gerber

Cereal seco para lactantes, de arroz, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 6 meses
 México/300g



\$46

Información al consumidor:

Tamaño de porción: **15.0 g**

Proteína	
8.2 g/100 g	1.2 g/porción

Carbohidratos por diferencia	
81.3 g/100 g	12.2 g/porción

Contenido energético	
384 kcal/100 g	58 kcal/porción

Grasa	
2.9 g/100 g	0.4 g/porción

Azúcares	
19.5 g/100 g	2.9 g/porción

Gerber

Avena integral. Cereal seco para lactantes, de avena, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 6 meses
 México/270g



\$49

Información al consumidor:

Tamaño de porción: **15.0 g**

Proteína	
15.1 g/100 g	2.3 g/porción

Carbohidratos por diferencia	
69.8 g/100 g	10.5 g/porción

Contenido energético	
402 kcal/100 g	60 kcal/porción

Grasa	
6.9 g/100 g	1.0 g/porción

Azúcares	
15.5 g/100 g	2.3 g/porción

Gerber

Avena, arroz, trigo y cebada. Cereal seco para lactantes de avena, arroz, trigo y cebada, con zanahoria y plátano, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 8 meses
 México/270g



\$49

Información al consumidor:

Tamaño de porción: **15.0 g**

Proteína	
10.1 g/100 g	1.5 g/porción

Carbohidratos por diferencia	
83.6 g/100 g	12.5 g/porción

Contenido energético	
409 kcal/100 g	61 kcal/porción

Grasa	
3.8 g/100 g	0.6 g/porción

Azúcares	
26.9 g/100 g	4.0 g/porción

Gerber

Trigo Integral Manzana. Cereal seco para lactantes, de trigo con manzana, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 8 meses
 México/270g



\$49

Información al consumidor:

Tamaño de porción: **15.0 g**

Proteína	
9.1 g/100 g	1.4 g/porción

Carbohidratos por diferencia	
76.5 g/100 g	11.5 g/porción

Contenido energético	
412 kcal/100 g	62 kcal/porción

Grasa	
7.8 g/100 g	1.2 g/porción

Azúcares	
26.7 g/100 g	4.0 g/porción

CEREALES PARA LACTANTES

Precios Promedio de Cereales y Alimentos para Bebés y Niños de Corta Edad en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Durango, Villahermosa y Zatecas, levantados del 9 al 20 de febrero del 2023.

Precio por envase.

Precio obtenido por Internet el 20 de febrero del 2023.

Nestum Nestlé

Trigo Manzana Plátano. Sin azúcar añadida. Cereal seco para lactantes, de trigo, con manzana y plátano, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 7 meses México/270g

\$50



Información al consumidor:		Tamaño de porción: 15.0 g	
Proteína		Carbohidratos por diferencia	
9.6 g/100 g	1.4 g/porción	83.2 g/100 g	12.5 g/porción
Contenido energético		Grasa	
396 kcal/100 g	59 kcal/porción	2.7 g/100 g	0.4 g/porción
Azúcares		Azúcares	
30.9 g/100 g	4.6 g/porción	30.9 g/100 g	4.6 g/porción

Nestum Nestlé

Avena. Sin azúcar añadida. Cereal seco para lactantes, de avena, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 6 meses México/270g

\$50



Información al consumidor:		Tamaño de porción: 15.0 g	
Proteína		Carbohidratos por diferencia	
14.6 g/100 g	2.2 g/porción	71.9 g/100 g	10.8 g/porción
Contenido energético		Grasa	
406 kcal/100 g	61 kcal/porción	6.7 g/100 g	1.0 g/porción
Azúcares		Azúcares	
16.2 g/100 g	2.4 g/porción	16.2 g/100 g	2.4 g/porción

Nestum Nestlé

4 Cereales. Sin azúcar añadida. Cereal seco para lactantes, de trigo, arroz, avena y cebada, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 7 meses México/270g

\$50



Información al consumidor:		Tamaño de porción: 15.0 g	
Proteína		Carbohidratos por diferencia	
9.6 g/100 g	1.4 g/porción	81.5 g/100 g	12.2 g/porción
Contenido energético		Grasa	
395 kcal/100 g	59 kcal/porción	3.4 g/100 g	0.5 g/porción
Azúcares		Azúcares	
27.3 g/100 g	4.1 g/porción	27.3 g/100 g	4.1 g/porción

Nestum Nestlé

Arroz. Sin azúcar añadida. Cereal seco para lactantes, de arroz, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 6 meses México/270g

\$50



Información al consumidor:		Tamaño de porción: 15.0 g	
Proteína		Carbohidratos por diferencia	
8.6 g/100 g	1.3 g/porción	82.7 g/100 g	12.4 g/porción
Contenido energético		Grasa	
388 kcal/100 g	58 kcal/porción	2.6 g/100 g	0.4 g/porción
Azúcares		Azúcares	
19.7 g/100 g	3.0 g/porción	19.7 g/100 g	3.0 g/porción

Productos ordenados alfabéticamente.

CEREALES PARA LACTANTES

Nestum Nestlé

Quinoa y siete granos. Cereal seco para lactantes, de trigo, quinoa, triticale, cebada, centeno, maíz, arroz y avena, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 10 meses
Chile / 270g



\$51

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 15.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
7.6	1.1	85.1	12.8
g/100 g	g/porción	g/100 g	g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
387	58	1.8	0.3	32.0	4.8
kcal / 100 g	kcal / porción	g / 100 g	g / porción	g / 100 g	g / porción

CEREAL ORGÁNICO PARA LACTANTES

Gerber

Gerber /Orgánico. Cereal seco para lactantes, orgánico de avena, mijo y quinoa, adicionado con vitaminas y minerales, a partir de los 6 meses
E.U.A. / 227g



\$99

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 15.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
11.7	1.7	74.6	11.2
g/100 g	g/porción	g/100 g	g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
406	61	6.8	1.0	12.8	1.9
kcal / 100 g	kcal / porción	g / 100 g	g / porción	g / 100 g	g / porción

ALIMENTOS PARA LACTANTES



Precios Promedio de Cereales y Alimentos para Bebés y Niños de Corta Edad en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Durango, Villahermosa y Zatecas, levantados del 9 al 20 de febrero del 2023.

\$ Precio por envase.

\$ Precio obtenido por Internet el 20 de febrero del 2023.

Gerber Chips

Baby snacks. Alimento para lactantes a base de cereales con sabor a zanahoria, adicionado con minerales y vitamina B1, a partir de los 8 meses
Malasia / 25g



\$35

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 7.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
5.9	0.4	77.3	5.4
g/100 g	g/porción	g/100 g	g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
448	31	12.8	0.9	4.0	0.3
kcal / 100 g	kcal / porción	g / 100 g	g / porción	g / 100 g	g / porción

Gerber Puffs

Baby snacks. Alimento para lactantes a base de cereales con sabor a plátano/banana y naranja, con vitamina B1 y hierro, a partir de los 8 meses
Malasia / 50g



\$43

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 7.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
5.6	0.4	76.0	5.3
g/100 g	g/porción	g/100 g	g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
461	32	15.0	1.0	22.2	1.6
kcal / 100 g	kcal / porción	g / 100 g	g / porción	g / 100 g	g / porción

ALIMENTOS PARA LACTANTES

Gerber

Snacks for Baby. Alimento para lactantes, a base de harina de sorgo y maíz, sazonado con tomate y especias, niños a partir de 8 meses de edad
E.U.A. / 42g



\$79

Información al consumidor: ✓

Tamaño de envase: 42.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
6.1 g/100 g	2.6 g/envase	64.8 g/100 g	27.2 g/envase

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
511 kcal / 100 g	215 kcal / envase	25.3 g / 100 g	10.6 g / envase	12.7 g / 100 g	5.3 g / envase

ALIMENTOS PARA NIÑOS DE CORTA EDAD

Gerber Junior

Kids Snack. Tostaditas de arroz. Alimento para niños de corta edad, sabor a chile y limón, a partir de los 12 meses
México / 20g



\$16

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 10.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
5.1 g/100 g	0.5 g/porción	61.6 g/100 g	6.2 g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
536 kcal / 100 g	54 kcal / porción	30.0 g / 100 g	3.0 g / porción	1.9 g / 100 g	0.2 g / porción

ALIMENTOS PARA NIÑOS DE CORTA EDAD



Precios Promedio de Cereales y Alimentos para Bebés y Niños de Corta Edad en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Durango, Villahermosa y Zatecas, levantados del 9 al 20 de febrero del 2023.

\$ Precio por envase.

\$ Precio obtenido por Internet el 20 de febrero del 2023.

Gerber Junior

Kids Snack. Tostaditas de arroz. Alimento para niños de corta edad, sabor a limón, a partir de los 12 meses / México / 20g



\$16

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 10.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
5.0 g/100 g	0.5 g/porción	61.2 g/100 g	6.1 g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
529 kcal / 100 g	53 kcal / porción	29.4 g / 100 g	2.9 g / porción	1.9 g / 100 g	0.2 g / porción

Gerber Junior

Kids Snack. Tostaditas de arroz. Alimento para niños de corta edad, sabor a queso, a partir de los 12 meses
México / 20g



\$16

Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: 10.0 g

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
5.7 g/100 g	0.6 g/porción	62.1 g/100 g	6.2 g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
519 kcal / 100 g	52 kcal / porción	27.5 g / 100 g	2.8 g / porción	1.8 g / 100 g	0.2 g / porción

ALIMENTOS PARA NIÑOS DE CORTA EDAD

Precios Promedio de Cereales y Alimentos para Bebés y Niños de Corta Edad en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Durango, Villahermosa y Zatecas, levantados del 9 al 20 de febrero del 2023.

Precio por envase.

Precio obtenido por Internet el 20 de febrero del 2023.

Gerber Junior

Kids Snack. Tostaditas de arroz. Alimento para niños de corta edad, sabor a tomate, a partir de los 12 meses
 México / 20g



\$16

Información al consumidor:

Tamaño de porción: **10.0 g**

Proteína		Carbohidratos por diferencia			
6.3 g/100 g	0.6 g/porción	61.8 g/100 g	6.2 g/porción		
Contenido energético		Grasa		Azúcares	
522 kcal / 100 g	52 kcal / porción	27.7 g / 100 g	2.8 g / porción	2.0 g / 100 g	0.2 g / porción

Gerber Puffs

Fresa Manzana. Alimento para niños de corta edad, a base de cereales con sabor a manzana fresa, adicionado con vitaminas y hierro, a partir de los 12 meses
 E.U.A. / 42g



\$58

Información al consumidor:

Tamaño de porción: **7.0 g**

Proteína		Carbohidratos por diferencia			
6.5 g/100 g	0.5 g/porción	86.9 g/100 g	6.1 g/porción		
Contenido energético		Grasa		Azúcares	
394 kcal / 100 g	28 kcal / porción	2.3 g / 100 g	0.2 g / porción	25.8 g / 100 g	1.8 g / porción

Gerber Puffs

Durazno. Alimento para niños de corta edad, a base de cereales con sabor a durazno, adicionado con vitaminas y hierro, a partir de los 12 meses
 E.U.A. / 42g



\$61

Información al consumidor:

Tamaño de porción: **7.0 g**

Proteína		Carbohidratos por diferencia			
7.3 g/100 g	0.5 g/porción	85.8 g/100 g	6.0 g/porción		
Contenido energético		Grasa		Azúcares	
394 kcal / 100 g	28 kcal / porción	2.4 g / 100 g	0.2 g / porción	24.2 g / 100 g	1.7 g / porción

Gerber Puffs

Moras. Alimento para niños de corta edad, a base de cereales, con sabor a mora azul, adicionado con vitaminas y hierro, a partir de los 12 meses
 E.U.A. / 42g



\$58

Información al consumidor:

Tamaño de porción: **7.0 g**

Proteína		Carbohidratos por diferencia			
6.7 g/100 g	0.5 g/porción	86.4 g/100 g	6.0 g/porción		
Contenido energético		Grasa		Azúcares	
396 kcal / 100 g	28 kcal / porción	2.6 g / 100 g	0.2 g / porción	30.4 g / 100 g	2.1 g / porción

GALLETAS PARA LACTANTES Y NIÑOS DE CORTA EDAD

BIEN ES QUE SEAN TODOS PRECIOS
Precios Promedio de Cereales y Alimentos para Bebés y Niños de Corta Edad en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Durango, Villahermosa y Zatecas, levantados del 9 al 20 de febrero del 2023.

\$ Precio por envase.

\$ Precio obtenido por Internet el 20 de febrero del 2023.

Gerber

Primeras galletitas. Galleta para niños de corta edad, adicionada de calcio, hierro y vitamina B1, a partir de 12 meses

Perú/70g(5 bolsitas de 14g)

\$36



Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: **7.0 g**

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
7.9 g/100 g	0.6 g/porción	73.6 g/100 g	5.2 g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
400 kcal/100 g	28 kcal/porción	10.3 g/100 g	0.7 g/porción	12.6 g/100 g	0.9 g/porción

Parent's CHOICE

Galletas de arroz jazmín manzana con saborizante natural. Alimento para lactantes y niños de corta edad. Galletas para lactantes de 6 a 12 meses

Tailandia /50g(12 bolsitas con 2 galletas 4.2g)

\$44



Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: **4.2 g**

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
5.3 g/100 g	0.2 g/porción	88.8 g/100 g	3.7 g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
390 kcal/100 g	16 kcal/porción	1.5 g/100 g	0.1 g/porción	12.4 g/100 g	0.5 g/porción

Parent's CHOICE

Galletas de arroz jazmín blueberry con saborizante natural. Alimento para lactantes y niños de corta edad.

Galletas para lactantes de 6 a 12 meses

Tailandia/50g(12 bolsitas con 2 galletas 4.2g)

\$44



Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: **4.2 g**

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
5.3 g/100 g	0.2 g/porción	88.9 g/100 g	3.7 g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
386 kcal/100 g	16 kcal/porción	1.0 g/100 g	0.04 g/porción	12.8 g/100 g	0.5 g/porción

Parent's CHOICE

Galletas de arroz jazmín plátano con saborizante natural. Alimento para lactantes y niños de corta edad. Galletas para lactantes de 6 a 12 meses

Tailandia/50g(12 bolsitas con 2 galletas 4.2g)

\$44



Información al consumidor: ✓

Tamaño de porción: **4.2 g**

Proteína		Carbohidratos por diferencia	
5.3 g/100 g	0.2 g/porción	89.0 g/100 g	3.7 g/porción

Contenido energético		Grasa		Azúcares	
387 kcal/100 g	16 kcal/porción	1.0 g/100 g	0.04 g/porción	14.0 g/100 g	0.6 g/porción

GALLETAS PARA LACTANTES Y NIÑOS DE CORTA EDAD

Heinz

Galleta de cereales para lactantes y niños de corta edad a partir de los 7 meses
Italia/60g

\$35



Información al consumidor:

Tamaño de envase: **60.0 g**

Proteína	
8.3 g/100 g	5.0 g/envase

Carbohidratos por diferencia	
77.2 g/100 g	46.4 g/envase

Contenido energético	
422 kcal/100 g	253 kcal/envase

Grasa	
8.8 g/100 g	5.3 g/envase

Azúcares	
19.6 g/100 g	11.7 g/envase

Heinz

Galleta de cereales para lactantes y niños de corta edad a partir de los 9 meses
Italia/60g

\$36



Información al consumidor:

Tamaño de envase: **60.0 g**

Proteína	
8.5 g/100 g	5.1 g/envase

Carbohidratos por diferencia	
76.3 g/100 g	45.8 g/envase

Contenido energético	
424 kcal/100 g	254 kcal/envase

Grasa	
9.4 g/100 g	5.7 g/envase

Azúcares	
20.2 g/100 g	12.1 g/envase

Productos ordenados alfabéticamente.

LO QUE ENCONTRAMOS

NO PRESENTA LA LEYENDA "UTILÍCESE LECHE O FÓRMULA PERO NO AGUA"

Incumple la NOM-131-SSA1-2012 pues debería ostentar la leyenda obligatoria "Utilícese leche o fórmula pero no agua".



Cerelac Nestlé / Cereal con leche reducido en azúcar

Los productos que no cumplen con las Normas Oficiales Mexicanas pueden ser sujetos a medidas precautorias, y sus proveedores a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

La Profeco está dando seguimiento a los hallazgos del Estudio de Calidad.

CONTENIDO DE AZÚCARES

Si bien se encontraron productos sin azúcar hay varios con alrededor del **30% de azúcares**, esto es importante ya que se debe tomar en cuenta cuando se evalúe de forma integral la alimentación del lactante y niño de corta edad **conjuntamente con un pediatra.**



RECOMENDACIONES

DE COMPRA



Antes de comprar algún producto, asesórate con un pediatra

La ablactación debe ser gradual y progresiva a partir de los 6 meses para que sea apropiado a su crecimiento específico y necesidades de desarrollo, **por ello es importante consultar con un pediatra.**



Antes de adquirirlas revisa el empaque

No lo compres si la lata está inflada, golpeada u oxidada. En el caso de otro tipo de empaques, revisa que no estén abiertos o maltratados.

DE USO



Continúa amamantando a tu bebé

La lactancia materna debe mantenerse el mayor tiempo posible después de la introducción de alimentos complementarios.



Añade leche materna en los cereales

Cuando prepares el cereal para tu pequeño incluye leche materna o la recomendada por un médico, no utilices agua.



Lávate las manos antes de cocinar

Antes de preparar la papilla de cereal para tu bebé, también revisa que todos los utensilios estén limpios.



Comprueba la temperatura del alimento

Antes de darle el primer bocado revisa que no esté muy caliente, te recomendamos usar un termómetro.

PLAN DE APLICACIÓN INTEGRAL SOBRE NUTRICIÓN MATERNA DEL LACTANTE Y DEL NIÑO PEQUEÑO⁴

En este plan de acción, que la Organización Mundial de la Salud (OMS) se ha comprometido a apoyar, se muestran una serie de acciones que deben realizarse conjuntamente por los Estados Miembros y los asociados internacionales con el objetivo de lograr, para el 2025, 6 metas mundiales de nutrición:



• Reducir en un 40% el número de niños menores de 5 años en el mundo que sufren retraso en el crecimiento.



• Bajar a la mitad las tasas de anemia en mujeres de edad reproductiva.



• Reducir en un 30% el bajo peso al nacer.



• Lograr que no aumenten los niveles de sobrepeso en la niñez.



• Aumentar las tasas de lactancia materna exclusiva en los primeros 6 meses de vida hasta un 50%, como mínimo.



• Disminuir la emaciación (forma de malnutrición potencialmente mortal que provoca delgadez y debilidad extrema en los niños) en la niñez y mantenerla por debajo del 5%.



⁴“PLAN DE APLICACIÓN INTEGRAL SOBRE NUTRICIÓN MATERNA, DEL LACTANTE Y DEL NIÑO PEQUEÑO” página de internet: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/130456/WHO_NMH_NHD.14.1_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y