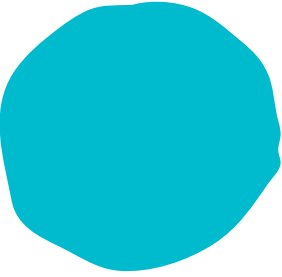
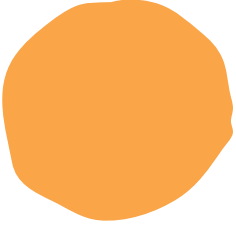


Nutrilon4 &  
Fundación Garrahan

Presentan

# Valentín y la VACA





Desde Nutrilon4, acompañamos las primeras etapas de la infancia porque entendemos los primeros 1000 días de vida como una etapa fundacional en el desarrollo de los niños y niñas. Es por eso, que basados en más de 50 años de investigación en nutrición temprana, desarrollamos fórmulas adaptadas a todas las necesidades nutricionales de cada infancia y creamos herramientas avaladas por expertos para acompañarlos/las durante su crianza. Junto con Fundación Garrahan nos unimos para crear cuentos y compartir experiencias, entretener y acercar información con aval científico, de una forma lúdica y sencilla. Con pegadizos poemas de Laura Wittner y deslumbrantes ilustraciones de Pupé, se narran diversas historias basadas en los ejes de nuestro propósito: nutrición, estímulo y respeto. Cada cuento es acompañado de un texto informativo dirigido a quienes están a cargo de la crianza, avalado por profesionales de Fundación Garrahan, quienes están comprometidos con la salud de las niñas, niños y adolescentes de todo el país.

Desde Nutrilon4 acompañamos a las familias durante la crianza e impulsamos su confianza, para potenciar su futuro, el que elijan.





# ¿SABÍAS QUE? PARA LA FAMILIA

Los primeros 1000 días de vida representan un papel fundamental en el desarrollo físico, intelectual y emocional de niños y niñas. En este período resultan cruciales la nutrición y el entorno ambiental. Por eso, queremos compartir con vos algunos datos muy interesantes:

¿SABÍAS QUE la alimentación de la madre es tan importante como la de su bebé?

Una alimentación completa y equilibrada antes y durante el embarazo, y luego hasta la finalización de la lactancia, es esencial para garantizar el crecimiento adecuado de niños y niñas y preservar la salud de la madre. Dato clave: el 95% de las embarazadas consumen menos calcio, fibra y hierro de lo recomendado. Para cubrir estos nutrientes y otros muy importantes es necesario consumir diariamente de 2 a 3 porciones de lácteos, de 3 a 5 porciones de frutas, verduras, legumbres y carnes y un suplemento de hierro. Recomendamos siempre consultar con un o una nutricionista.

¿SABÍAS QUE el mejor alimento para tu bebé es la LECHE MATERNA?

La lactancia materna exclusiva es fundamental hasta los seis meses, y seguirá siendo una excelente fuente de nutrientes hasta los dos años aun cuando se hayan incorporado otros alimentos. La intimidad entre mamá y bebé también nutre. Toda la leche materna es buena.

En los casos en que no se pueda o no se quiera amamantar, los profesionales de la salud ayudarán a las familias a encontrar la mejor alimentación para el bebé.



¿SABÍAS QUE las Guías Alimentarias para la Población Infantil de Argentina NO recomiendan el consumo de leche de vaca en niños niñas menores de 1 año?

Los niños y las niñas menores de 1 año requieren una alimentación adaptada a sus necesidades nutricionales y a su desarrollo. En la leche de vaca, el 60% de los nutrientes se encuentran en cantidades inadecuadas para un bebé (según la normativa del Código Alimentario Argentino). Por citar ejemplo: la leche de vaca contiene 80% más de las proteínas recomendadas y 60% más del sodio necesario mientras que es insuficiente en hierro, zinc, vitamina C y ácidos grasos esenciales.

Por eso, cuando la lactancia no es posible o debe complementarse, el pediatra es quien le recomendará la mejor alimentación para el bebé que provea la cantidad de energía adecuada y los nutrientes considerados esenciales para el crecimiento del bebé en cada etapa.





Quando el bebé Valentín  
se levanta a la mañana  
saluda a la vaca Estrella  
asomado a la ventana.

La vaca está disfrutando  
su actividad favorita:  
junto a ella dos terneros  
toman leche tibiecita.



Valen no toma esa leche  
porque es chico y le hace  
mal, y si le duele la panza  
no va a jugar al corral.

Le gustan las zanahorias,  
la calabaza y la avena.  
A Estrella le encanta el pasto,  
ese es su almuerzo y su cena.





Entre mugidos y juegos  
se pasan la tarde entera.  
Después hacen un paseo  
de ida y vuelta a la tranquera.



¡Es de lo más divertido  
tener una vaca amiga  
que en verano te da sombra  
y en el invierno te abriga!



Te invitamos a conocer  
todas las **herramientas de**  
**Nutrilon4 sobre crianza.**

