

Esta es la versión en caché de <http://www.unavidalucida.com.ar/2012/07/tienes-hijos-en-etapa-de-lactancia.html> de Google. Se trata de una captura de pantalla de la página tal como esta se mostraba el 5 Sep 2012 17:52:55 GMT. Es posible que la [página](#) haya sufrido modificaciones durante este tiempo. [Más información](#)
Sugerencia: para encontrar rápidamente tu término de búsqueda en esta página, pulsa Ctrl+F o ⌘-F (Mac) y utiliza la barra de búsqueda.

[Versión de solo texto](#)

[Inicio](#)

[Índice](#)

[Salud](#)

[Alimentación](#)

[Ciencia](#)

[Sociedad](#)

[Investigación](#)

[Psicología](#)

[Hacer tu](#)

[Recicla](#)

[Recomendados](#)

[Suscribirse](#)

[¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber esto sobre las fórmulas lácteas.](#)

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber esto sobre las fórmulas lácteas.



Extracto del capítulo "Pediátras, grasas cerebrales, fórmula y leche cruda: se acabó la fiesta" del sitio:

www.thedoctorwithin.com

Traducción: Vida Lúcida

LECHE MATERNA

- * Rica en omega 3 para el desarrollo del cerebro, nombrado, DHA y AA
- * Se adapta perfectamente a las necesidades del infante, los niveles disminuyen a medida que el bebé crece
- * Rico en colesterol (bueno)
- * Casi completamente absorbida
- * Contiene enzima lipasa que digiere la grasa
- * Más absorbidas completamente;
- * La lactoferrina para la salud intestinal
- * La lisozima, un antimicrobiano
- * Rico en componentes de las proteínas
- * Rico en Factores para el crecimiento
- * Contiene proteínas que inducen el sueño
- * Rico en la lactosa
- * Rico en células blancas vivas en la sangre, millones por cada alimentación
- * Rico en inmunoglobulinas
- * Los minerales se absorben mejor, especialmente el zinc y calcio
- * Hierro es de 50 a 75 por ciento absorbido.
- * Contiene más selenio (un antioxidante)
- * Rico en enzimas digestivas, como amilasa y lipasa
- * Rico en muchas hormonas: tiroideas, prolactina, la oxitocina, y otros



¿Te gusta Vida Lúcida? ¡Síguenos!



Suscripción por e-mail.

Recibe nuestros post en tu correo.

Tu e-mail:

Buscar en el Blog:

▼/▲ Últimos Artículos

▼/▲ Categorías Principales

▼/▲ Salud y Medicina

▼/▲ Personajes Interesantes

Entradas populares

[10 razones por las que deberías beber agua de limón caliente por la mañana.](#)

10 razones por las que deberías beber agua de limón caliente por la mañana. En vez de tomar una taza de café, ¿por qué no sustituir c...

[7 alimentos para limpiar el hígado naturalmente.](#)

7 alimentos para limpiar el hígado naturalmente. Fuente: productos ecológicos sin intermediarios. es La manera principal en que tu cuerpo...

[3 "Alimentos saludables" que debes evitar comer.](#)

¿Pensas que están en "fin" por comer estos alimentos "saludables"? A medida que nuestra conciencia sigue evolucionando, es natural apre...

[Cómo preparar un Té de Manzana con Canela, Anís estrellado y Clavo de olor.](#)

Cómo preparar un Té de Manzana con Canela, Anís estrellado y Clavo de olor. El té de manzana tiene un sabor suave y placentero y es ta...

[Los mejores y peores alimentos para la grasa abdominal.](#)

Los mejores y peores alimentos para la grasa abdominal. Fuente: www.webmd.com Los mejores y peores alimentos para la grasa abdominal...

[5 Repelentes naturales y económicos para](#)

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

Esta es la versión en caché de <http://www.unavidalucida.com.ar/2012/07/tienes-hijos-en-etapa-de-lactancia.html> de Google. Se trata de una captura de pantalla de la página tal como esta se mostraba el 5 Sep 2012 17:52:55 GMT. Es posible que la página haya sufrido modificaciones durante este tiempo. Más información Sugerencia: para encontrar rápidamente tu término de búsqueda en esta página, pulsa Ctrl+F o ⌘-F (Mac) y utiliza la barra de búsqueda.

[¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber esto sobre las fórmulas lácteas.](#)

Twittear 11

[Me gusta 382 ¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te fórmulas lácteas.](#)

1 de 9 12/09/2012 0:56

Extracto del capítulo "Pediatras, grasas cerebrales, fórmula y leche cruda: se acabó la fiesta" del sitio: www.thedoctorwithin.com Traducción: Vida Lúcida

LECHE MATERNA

* Rica en omega 3 para el desarrollo del cerebro, nombrado, DHA y AA * Se adapta perfectamente a las necesidades del infante, los niveles disminuyen a medida que el bebé crece * Rico en colesterol (bueno) * Casi completamente absorbida * Contiene enzima lipasa que digiere la grasa * Más absorbidas completamente; * La lactoferrina para la salud intestinal * La lisozima, un antimicrobiano * Rico en componentes de las proteínas * Rico en Factores para el crecimiento * Contiene proteínas que inducen el sueño * Rico en la lactosa * Rico en células blancas vivas en la sangre, millones por cada alimentación * Rico en inmunoglobulinas * Los minerales se absorben mejor, especialmente el zinc y calcio * Hierro es de 50 a 75 por ciento absorbido. * Contiene más selenio (un antioxidante) * Rico en enzimas digestivas, como amilasa y lipasa * Rico en muchas hormonas: tiroides, prolactina, la oxitocina, y otros

[Índice](#) [Salud](#) [Alimentación](#) [Ciencia](#) [Sociedad](#) [Investigacion](#) [Psicología](#) [Hazlo tú](#) [Recicla](#) [Recomendados](#) [Suscribirse](#)

[¿Te gusta Vida Lúcida? ¡Síguenos!](#)

[Suscripción por e-mail.](#)

Recibe nuestros post en tu correo.

Tu e-mail:

[Buscar en el Blog:](#)

▼/▲

Últimos Artículos

▼/▲

Categorías Principales

▼/▲

Salud y Medicina

▼/▲

Personajes Interesantes

Entradas populares

10 razones por las que deberías beber agua de limón caliente por la mañana. 10 razones por las que deberías beber agua de limón caliente por la mañana. En vez de tomar una taza de café, ¿por qué no sustituir c...

7 alimentos para limpiar el hígado naturalmente. 7 alimentos para limpiar el hígado naturalmente. Fuente: productosecologicossinintermediarios.es La manera principal en que tu cuerp...

3 "Alimentos saludables" que debes evitar comer. ¿Piensas que están en "in" por comer estos alimentos "saludables"? A medida que nuestra conciencia sigue evolucionando, es natural apre...

Cómo preparar un Té de Manzana con Canela, Anís estrellado y Clavo de olor. Cómo preparar un Té de Manzana con Canela, Anís estrellado y Clavo de olor. El té de manzana tiene un sabor suave y placentero y es ta...

Los mejores y peores alimentos para la grasa abdominal. Los mejores y peores alimentos para la grasa abdominal. Fuente: www.webmd.com Los mejores y peores alimentos para la grasa abdominal...

[5 Repelentes naturales y económicos para](#)

[Una Vida Lúcida en Facebook](#)

Me gusta Te gusta esto.

A 66,638 personas les gusta Una Vida Lúcida.

Plug-in social de Facebook

Versión de solo texto

FÓRMULA (láctea)

- Dificil de digerir la caseína cuajada
- No contiene DHA (Omega 3)
- No se ajusta a las necesidades del bebé
- Sin colesterol bueno
- No es completamente absorbido
- Sin lipasa
- Absorbe mal
- Sin lactoferrina, o sólo un rastro
- Sin lisozima
- Deficiente o baja en proteínas
- Deficiente en factores de crecimiento
- (Los bebés pueden ser alérgicos a la proteína de la fórmula.)
- Sin células blancas vivas la sangre-o cualquier otra célula. Alimento muerto tiene menos beneficios inmunológicos.
- Pocos inmunoglobulinas y la mayoría son del tipo equivocado
- Número de minerales mal absorbidos
- Hierro es de 5 a 10 por ciento absorbido
- Poco selenio
- Procesamiento mata las enzimas digestivas
- Procesamiento mata hormonas, que no son humanas, para empezar

Las enzimas digestivas promueven la salud intestinal. Las hormonas contribuyen al equilibrio general de la bioquímica y el bienestar del bebé.

La superioridad de la leche de la madre sobre la fórmula no es realmente controversial. La grasa es el nutriente más importante en la leche materna. Insuficiente colesterol y DHA, esenciales para el cerebro y órganos en crecimiento, puede predisponer a un niño con corazón adulto y enfermedades en el centro del sistema nervioso.

EL CEREBRO DEL BEBÉ: SUPERVIVENCIA DEL MÁS GORDO

El cerebro del bebé está conformado en su mayoría de grasas - grasas buenas como el DHA y AA. Las grasas forman la estructura de las células nerviosas, el aislamiento entre ellas, las conexiones, y la estructura de soporte. Sin estos ácidos grasos esenciales, no hay cerebro normal. Con los suministros inadecuados de ellos, no es defectuosa la formación del cerebro. Pero antes de que podamos hablar acerca de las grasas del cerebro, es importante decir un poco acerca:

GRASAS EN GENERAL

En la omnipresente Disneylandia de la desinformación nutricional que nos rodea, un tema principal de la nutrición que vale la pena estudiar es las grasas. En concreto, las grasas buenas. Con los esfuerzos sin fin de los medios de comunicación, todos los días inculcan el aspecto demacrado de la joven súper delgada como el epitome de la belleza femenina, las grasas son el diablo. La grasa es mala. Las grasas obstruyen el corazón y nos hace ordinarios. Peor aún, las grasas es igual a grasa. Las grasas causan la celulitis y nos hace aceptar compañeros con una calidad inferior de vida. Y empleos de baja remuneración. Y vehículos con abolladuras en ellos. Así que tenemos la obsesión con Poca grasa / Sin grasa - leche baja en grasa, ensalada con aderezo, mantequilla, yogur, queso, pan, pasta, cerveza, crema para café, helados, carnes, patatas fritas, etc. todo sin grasa. Intundan en nuestras mentes la falsedad de que el problema con estos alimentos era demasiada grasa. Oculta la grasa - elimina el problema. Ahora son alimentos perfectos. ¿Verdad?

La ironía con esta campaña en contra de las grasas es que la persona que come sólo alimentos libres de grasa por lo general termina como deficiente en grasa. Y por lo tanto poco saludable. Vamos a retroceder hasta el principio.

Los alimentos para consumo humano viene en 3 formas principales:

- Grasas
- Proteína
- Hidratos de carbono

Las tres palas del taburete. Eliminar cualquiera de ellas y el resultado es un desequilibrio. Nutrición deficiente. Distorsión de los órganos. Envejecimiento acelerado. Así que necesitamos grasas. Todos los días. Pero deben ser las correctas. Y las grasas adecuadas para la nutrición humana son ciertos ácidos grasos.

GRASAS EN EL CEREBRO INFANTIL

Comenzando con el cerebro del feto, ciertos ácidos grasos de cadena larga deben estar presentes en la dieta de la madre y la sangre para que el cerebro del feto desarrolle los elementos básicos que necesita. De cadena larga, sólo significa que muchos átomos de carbono están unidos entre sí. La razón por las que todas estas grasas se requieren es porque el cerebro del bebé ¡es casi todo grasa!

hormigas.

5 Repelentes naturales y económicos para hormigas. Remedios caseros para las hormigas. Vinagre Limpia las encimeras, armarios y...

Agua para desintoxicar de Manzana y Canela Ideal para dietas reductoras.

Agua para desintoxicar de Manzana y Canela Ideal para dietas reductoras. Aumenta tu metabolismo naturalmente con esta bebida cero calor...

Cómo blanquear ropa sin Cloro.

Cómo blanquear ropa sin Cloro Muchos de nosotros hemos desterrado el cloro de nuestras casas. Afortunadamente, todavía hay un montón d...

7 Maneras útiles en que puedes usar la cáscara de Banana.

7 Maneras útiles en que puedes usar la cáscara de Banana. 1. Ayuda a tu Jardín Crecer: Los plátanos son naturalmente altos en potasio y...

Diferencias entre sal marina y sal de mesa.

Diferencias entre sal marina y sal de mesa. Conozca las diferencias entre estas dos sales que condimentan nuestras comidas. Hace unos ...

Recomendados del día.

Archivo de Artículos por Día

Archivo de Artículos por Día

Seguirnos en Google +

Vida Lucida on

Add to circles

2764 readers

BY FIEBURNER

Seguir a @unavidalucida

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

FÓRMULA (láctea)

- Difícil de digerir la caseína cuajada - No contiene DHA (Omega 3) - No se ajusta a las necesidades del bebé - Sin colesterol bueno - No es completamente absorbido - Sin lipasa - Absorbe mal - Sin lactoferrina, o sólo un rastro - Sin lisozima - Deficiente o baja en proteínas - Deficiente en factores de crecimiento (Los bebés pueden ser alérgicos a la proteína de la fórmula.) - Sin células blancas vivas la sangre o cualquier otra célula. Alimento muerto tiene menos beneficios inmunológicos. - Pocos Inmunoglobulinas y la mayoría son del tipo equivocado - Número de minerales mal absorbidos - Hierro es de 5 a 10 por ciento absorbido - Poco selenio - Procesamiento mata las enzimas digestivas - Procesamiento mata hormonas, que no son humanas, para empezar

Las enzimas digestivas promueven la salud intestinal. Las hormonas contribuyen al equilibrio general de la bioquímica y el bienestar del bebé.

La superioridad de la leche de la madre sobre la fórmula no es realmente controversial. La grasa es el nutriente más importante en la leche materna. Insuficiente colesterol y DHA, esenciales para el cerebro y órganos en crecimiento, puede predisponer a un niño con corazón adulto y enfermedades en el centro del sistema nervioso.

EL CEREBRO DEL BEBÉ: SUPERVIVENCIA DEL MÁS GORDO

El cerebro del bebé está conformado en su mayoría de grasas - grasas buenas como el DHA y AA. Las grasas forman la estructura de las células nerviosas, el aislamiento entre ellos, las conexiones, y la estructura de soporte. Sin estos ácidos grasos esenciales, no hay cerebro normal. Con los suministros inadecuados de ellos, no es defectuosa la formación del cerebro. Pero antes de que podamos hablar acerca de las grasas del cerebro, es importante decir un poco acerca:

GRASAS EN GENERAL

En la omnipresente Disneylandia de la desinformación nutricional que nos rodea, un tema principal de la nutrición que vale la pena estudiar es las grasas. En concreto, las grasas buenas. Con los esfuerzos sin fin de los medios de comunicación, todos los días inculcan el aspecto demacrado de la joven súper delgada como el epítome de la belleza femenina, las grasas son el diablo. La grasa es mala. Las grasas obstruyen el corazón y nos hace ordinarios. Peor aún, las grasas es igual a grasa. Las grasas causan la celulitis y nos hace aceptar compañeros con una calidad inferior de vida. Y empleos de baja remuneración. Y vehículos con abolladuras en ellos. Así que tenemos la obsesión con Poca grasa / Sin grasa - leche baja en grasa, ensalada con aderezo, mantequilla, yogur, queso, pan, pasta, cerveza, crema para café, helados, carnes, patatas fritas, etc. todo sin grasa. Infunden en nuestras mentes la falsedad de que el problema con estos alimentos era demasiada grasa. Quitá la grasa - eliminas el problema. Ahora son alimentos perfectos, ¿verdad?

La ironía con esta campaña en contra de las grasas es que la persona que come sólo alimentos libres de grasa por lo general termina como deficiente en grasa. Y por lo tanto poco saludable. Vamos a retroceder hasta el principio.

Los alimentos para consumo humano viene en 3 formas principales: - Grasas - Proteína - hidratos de carbono

Las tres patas del taburete. Eliminar cualquiera de ellas y el resultado es un desequilibrio. Nutrición deficiente. Disfunción de los órganos. Envejecimiento acelerado. Así que necesitamos grasas. Todos los días. Pero deben ser las correctas. Y las grasas adecuadas para la nutrición humana son ciertos ácidos grasos.

GRASAS EN EL CEREBRO INFANTIL

Comenzando con el cerebro del feto, ciertos ácidos grasos de cadena larga deben estar presentes en la dieta de la madre y la sangre para que el cerebro del feto desarrolle los elementos básicos que necesita. De cadena larga, sólo significa que muchos átomos de carbono están unidos entre sí. La razón por la que todas estas grasas se requieren es porque el cerebro del bebé ¡es casi todo grasa!

2 de 9 12/09/2012 0:56

hormigas. 5 Repelentes naturales y económicos para hormigas. Remedios caseros para las hormigas. Vinagre Limpia las encimeras, armarios y...

Agua para desintoxicar de Manzana y Canela ideal para dietas reductoras. Agua para desintoxicar de Manzana y Canela ideal para dietas reductoras. Aumenta tu metabolismo naturalmente con esta bebida cero calo...

Cómo blanquear ropa sin Cloro. Cómo blanquear ropa sin Cloro Muchos de nosotros hemos desterrado el cloro de nuestras casas. Afortunadamente, todavía hay un montón d...

7 Maneras útiles en que puedes usar la cáscara de Banana 7 Maneras útiles en que puedes usar la cáscara de Banana 1. Ayuda a tu Jardín Crecer: Los plátanos son naturalmente altos en potasio y...

Diferencias entre sal marina y sal de mesa. Diferencias entre sal marina y sal de mesa. Conozca las diferencias entre estas dos sales que condimentan nuestras comidas. Hace unos ...

▼/▲

Recomendados del día.

Archivo de Artículos por Día

Seguirnos en Google +

Vida Lúcida on

Seguir a @unavidalucida

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e... <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

Los dos ácidos grasos más importantes para el cerebro son el DHA y AA. El ácido docosahexaenoico y el ácido araquidónico. El DHA es un omega-3 y AA es un omega-6.
Lo importante es saber lo que estos 2 ácidos grasos esenciales hacen:



DHA

- Las células de la visión
- Las células de memoria
- Las conexiones del cerebro
- Energía de las células del cerebro

AA

- Desarrolla las células del cerebro

Estas funciones parecen bastante importante, ¿no te parece? Hasta un año de edad no hay sustituto para estos 2 ácidos grasos. El cerebro del niño se acerca a un óptimo desarrollo en proporción directa a la disponibilidad constante de DHA y AA. En su revisión muy minuciosa de la literatura médica sobre las grasas del cerebro, la Dra. Margaret Lahey vincula claramente la deficiencia de los EPT (ácidos grasos esenciales) en el niño con TDAH (Trastorno por déficit de atención), dislexia y el autismo, citando docenas de fuentes médicas. Una vez más, esta parte de la discusión está más allá de la controversia.

Un cerebro normal de bebés simplemente no se puede hacer sin el ácido graso DHA. Si los suministros de DHA son insuficientes, el cuerpo va a sustituirlos con los más cercanos de los otros ácidos grasos que tiene, con el fin de sobrevivir. Pero el cerebro no será normal.

Un feto consume el DHA de la madre tan rápido que los estudios clínicos muestran una pérdida del 35% de DHA en la mujer embarazada, en comparación con las mujeres no embarazadas.

Una vez más, si el bebé es amamantado durante el primer año, suficiente DHA y AA están disponibles, siempre y cuando la madre tenga una dieta excelente. El problema es que la mayoría de las madres no tienen una dieta particularmente excelente, como te habrás dado cuenta.

Los primeros estudios llevados a cabo por Hornstra y Salvati, muestran que la mayoría de las mujeres embarazadas son en sí mismas deficientes en DHA y AA, y por lo tanto proporcionan cantidades insuficientes de estos ácidos grasos esenciales durante el periodo de crecimiento crítico del cerebro en el último trimestre. Si la deficiencia en la dieta continúa después del parto, el niño está en desventaja en cuanto a las posibilidades para el desarrollo cerebral óptimo. Estos temas también están bien establecidos científicamente.

La importancia de la dieta de la mujer, entonces, tanto antes como después del parto, no puede dejar de enfatizarse.

FÓRMULA

Los retos para el desarrollo del cerebro del lactante se deben a la dieta de la madre mientras está amamantando, tanto antes como después del parto. ¿Pero qué sucede si la madre deja de amamantar antes de que el niño tenga 12 meses de edad, por cualquier razón, y se pasa a la fórmula?

En su excelente texto "El Fenómeno del Omega 3", Donald Rudin, MD, demuestra que el cambio de la leche materna a la fórmula reduce inmediatamente el DHA (ácido graso esencial poli-insaturado de la serie omega-3) del bebé por 30 veces, incluso si la madre tiene una "buena" dieta.

Dr. J. Farquharson, otra autoridad mundial en las grasas del cerebro, está de acuerdo:

*"Las reducciones en el contenido de DHA entre las amamantadas y lactantes alimentadas artificialmente sería suficiente para afectar el funcionamiento de la membrana del cerebro.
Los efectos a largo plazo de la insuficiencia de DHA en la integridad neuronal, predisponen a la enfermedad neurodegenerativa"*

IQ.

Hay docenas de estudios científicos que correlacionan mayor coeficiente intelectual infantil con la lactancia materna, tanto en los EE.UU. y en Europa. Muchos de estos estudios se encuentran en la visión

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

Los dos ácidos grasos más importantes para el cerebro son el DHA y AA. El ácido docosahexaenoico y el ácido araquidónico. El DHA es un omega-3 y AA es un omega-6. Lo importante es saber lo que estos 2 ácidos grasos esenciales hacen:

DHA - Las células de la visión - Las células de memoria - Las conexiones del cerebro - Energía de las células del cerebro

AA - Desarrolla las células del cerebro

Estas funciones parecen bastante importante, ¿no te parece? Hasta un año de edad no hay sustituto para estos 2 ácidos grasos. El cerebro del niño se acerca a un óptimo desarrollo en proporción directa a la disponibilidad constante de DHA y AA. En su revisión muy minuciosa de la literatura médica sobre las grasas del cerebro, la Dra. Margaret Lahey vincula claramente la deficiencia de los EPA (ácidos grasos esenciales) en el niño con TDAH (Trastorno por déficit de atención), dislexia y el autismo, citando docenas de fuentes médicas. Una vez más, esta parte de la discusión está más allá de la controversia.

Un cerebro normal de bebés simplemente no se puede hacer sin el ácido graso DHA. Si los suministros de DHA son insuficientes, el cuerpo va a sustituirlos con los más cercanos de los otros ácidos grasos que tiene, con el fin de sobrevivir. Pero el cerebro no será normal. Un feto consume el DHA de la madre tan rápido que los estudios clínicos muestran una pérdida del 35% de DHA en la mujer embarazada, en comparación con las mujeres no embarazadas. Una vez más, si el bebé es amamantado durante el primer año, suficiente DHA y AA están disponibles, siempre y cuando la madre tenga una dieta excelente. El problema es que la mayoría de las madres no tienen una dieta particularmente excelente, como te habrás dado cuenta.

Los primeros estudios llevados a cabo por Hornstra y Salvati, muestran que la mayoría de las mujeres embarazadas son en sí mismas deficientes en DHA y AA, y por lo tanto proporcionan cantidades insuficientes de estos ácidos grasos esenciales durante el período de crecimiento crítico del cerebro en el último trimestre. Si la deficiencia en la dieta continúa después del parto, el niño está en desventaja en cuanto a las posibilidades para el desarrollo cerebral óptimo. Estos temas también están bien establecidos científicamente. La importancia de la dieta de la mujer, entonces, tanto antes como después del parto, no puede dejar de enfatizarse.

FÓRMULA

Los retos para el desarrollo del cerebro del lactante se deben a la dieta de la madre mientras está amamantando, tanto antes como después del parto. ¿Pero qué sucede si la madre deja de amamantar antes de que el niño tenga 12 meses de edad, por cualquier razón, y se pasa a la fórmula? En su excelente texto "El Fenómeno del Omega 3", Donald Rudin, MD, demuestra que el cambio de la leche materna a la fórmula reduce inmediatamente el DHA (ácido graso esencial poli-insaturado de la serie omega-3) del bebé por 30 veces, incluso si la madre tiene una "buena" dieta. Dr. J. Farquharson, otra autoridad mundial en las grasas del cerebro, está de acuerdo:

"Las reducciones en el contenido de DHA entre los amamantados y lactantes alimentados artificialmente sería suficiente para alterar el funcionamiento de la membrana del cerebro. Los efectos a largo plazo de la insuficiencia de DHA en la integridad neuronal, predisponen a la enfermedad neurodegenerativa"

IQ.

Hay docenas de estudios científicos que correlacionan mayor coeficiente intelectual infantil con la lactancia materna, tanto en los EE.UU. y en Europa. Muchos de estos estudios se encuentran en la visión

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e... <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http://>

integral del Dr. Lahay en grasas y el desarrollo del cerebro infantil.

Cualquier médico que trata de decirle a una madre que la fórmula es tan buena como la leche materna es simplemente el mejor de los ignorantes de la inmensa mayoría de las conclusiones de la literatura científica sobre el tema, y en el peor de los casos, simplemente otro representante de los medicamentos.

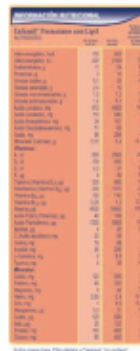
¿Representante de medicamentos? Pensé que estábamos hablando de la fórmula aquí, no los medicamentos. Estábamos, pero adviértame ¿quién es el fabricante de Enfamil, la fórmula infantil más popular? ¿Te rindes? Mead Johnson.

EM PRESAS DE MEDICAMENTOS EN EL NEGOCIO DE LA COMIDA PARA BEBÉ

Mead-Johnson es una rama de Bristol Myers, uno de los mayores conglomerados multinacionales farmacéuticos en la tierra. Las ventas anuales de los Estados Unidos: US \$ 13 mil millones. Todos, menos el más ingenuo podrían haber imaginado en ese momento que las compañías farmacéuticas no se preocupan tanto con la salud de los pacientes, ya que están con los beneficios de sus accionistas. Puede que recuerdes el año pasado cuando Bristol Myers fue arrestado por la FTC por retención ilícita de medicamentos de sus competidores fuera del mercado. Empezas a leer detalles de esta guerra de precios y empezas a preguntarte, ¿son realmente el tipo de personas de los que quiero tomar el consejo de que su producto es supuestamente la única fuente de nutrición de mi hijo durante el primer año de vida?

¿Qué hay realmente en la fórmula?

Echemos un vistazo de cerca a Enfamil y ver lo que hay realmente en él. De la web propia de Mead Johnson, aquí está la lista de ingredientes de Enfamil:



Por 5 Fl oz: Proteínas 2,5 g, 5,1 g de grasa, carbohidratos 11 g, 133 g de agua, ácido linoleico 860 mg, Vitamina A 300 UI, UI de vitamina D 60; UI Vitamina E 2; mg de vitamina K 8, tiamina (vitamina B1) 80 mcg; Riboflavina (vitamina B2) 140 mcg, 60 mcg de vitamina B6, vitamina B12 0,3 mcg, niacina 1000 mcg, ácido fólico (folacin) 16 mcg; Ácido pantoténico 500 mcg; Biotina mcg 3; Vitamina C (ácido ascórbico) 12 mg, 12 mg de colina, inositol 6 mg, 78 mg de calcio, fósforo 53 mg, 8 mg de magnesio, hierro 1,8 mg, 1 mg de Zinc, Manganeso 15 mcg; Cobre 75 mcg; 10 mcg de yodo, selenio 2,8 mcg; Sodio 40 mg; Potasio 108 mg; Cloruro 75 mg, agua, leche descremada, aceite vegetal (oleína de palma, soja, coco, aceites de alta oleico de girasol), lactosa, almidón de arroz; malodextrina; mono- y diglicéridos; lecitina de soja, carragenina y menos del 1% : Vitamina A Palmitato, Vitamina D3, acetato de vitamina E, vitamina K1, clorhidrato de tiamina, clorhidrato de vitamina B6, niacinamida, pantotenato de calcio, cloruro de colina, sulfato ferroso, sulfato de zinc, sulfato de manganeso, sulfato cúprico, selenita de sodio, taurina.

Cuando uno se pone en contacto con Mead Johnson directamente por teléfono (812 429 5000) para preguntarle acerca de los ingredientes, uno es atendido por gente de la administración muy educados la mayoría, y se nos dice que las proteínas y carbohidratos en Enfamil provienen de la leche de vaca. Y eso no es solo pasteurizada, pero "super-refinada" leche sin grasa. Con esto, se supone que te convencerás del valor de los alimentos de Enfamil.

En el capítulo de las endinas a (thedoctorwithin.com), hemos aprendido que la pasteurización paso a ser, de un alimento perfectamente bueno que ha sido utilizado por los más sanos seres humanos durante siglos, a un alimento - un alérgeno reactivo ligado a las alergias crónicas, cólicos, y el asma. La definición de la pasteurización es calentar la leche hasta que las endinas se destruyen. Sin las endinas, la leche no se puede descomponer y utilizar por el cuerpo.

Sin grasa - como si fuera algo mejor. Uno de los ingredientes valiosos de la leche cruda a través de los siglos han sido las grasas buenas. Yo no quiero ni saber lo que significa "super refinados", pero es obvio que tiene que ver con más fraccionamiento y aislamiento de algunos elementos de la leche y estabilizadores con conservantes. El objetivo principal de estos conservantes: Una vida larga útil. Pero ¿qué pasa con el niño?

Ahora, creo que deberíamos estar contentos de que se "acordaron" de poner un poco de ácidos grasos esenciales en Enfamil, como el ácido linoleico. El ácido linoleico es un verdadero ácido graso esencial, lo que significa que debemos obtenerlo en nuestra dieta porque el cuerpo no lo puede hacer desde otras cosas. El ácido linoleico en sí, es de vital importancia como bloque de construcción de las grasas del cerebro. El problema es que el ácido linoleico viene del maíz, cártamo y girasol. La lista de ingredientes no menciona ninguno de ellos. Eso significa que el ácido linoleico es una fracción hecha por el hombre, un solitario bioquímico no vivo ya sea creado en el laboratorio o extraída de un alimento, pero ya no es viable como un alimento. Pretender que el ácido linoleico creado por el hombre es idéntico a la forma natural es la arrogancia suprema, y se mantiene solo por los estudios de ciencia basura llevadas a cabo por la propia industria farmacéutica.

Lo mismo ocurre con las vitaminas. Se enlistan las grasas solubles, A, E y D, así como las otras vitaminas. Una vez más, no se trata de vitaminas con vida, pero fracciones de vitaminas con vida hechas por el hombre las cuales son embotelladas y estabilizadas (moladas) para que puedan ser utilizadas como aditivos vitamínicos. Más aun, admiten este aislamiento cuando ponen "vitamina C" entre paréntesis detrás de ácido ascórbico. Aditivo vitamínico es tanto una contradicción como la música rap o la inteligencia de la policía.

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

integral del Dr. Lahey en grasas y el desarrollo del cerebro infantil. Cualquier médico que trata de decirle a una madre que la fórmula es tan buena como la leche materna es simplemente el mejor de los ignorantes de la inmensa mayoría de las conclusiones de la literatura científica sobre el tema, y en el peor de los casos, simplemente otro representante de los medicamentos. ¿Representante de medicamentos? Pensé que estábamos hablando de la fórmula aquí, no los medicamentos. Estábamos, pero adivina ¿quién es el fabricante de Enfamil, la fórmula infantil más popular? ¿Te rindes? Mead Johnson.

EMPRESAS DE MEDICAMENTOS EN EL NEGOCIO DE LA COMIDA PARA BEBÉ

Mead-Johnson es una rama de Bristol Myers, uno de los mayores conglomerados multinacionales farmacéuticos en la tierra. Las ventas anuales de los Estados Unidos: US \$ 13 mil millones. Todos, menos el más ingenuo podrían haber imaginado en ese momento que las compañías farmacéuticas no se preocupan tanto con la salud de los pacientes, ya que están con los beneficios de sus accionistas. Puede que recuerdes el año pasado cuando Bristol Myers fue arrestado por la FTC por retención ilícita de medicamentos de sus competidores fuera del mercado. Empiezas a leer detalles de esta guerra de precios y empiezas a preguntarte, ¿son realmente el tipo de personas de los que quiero tomar el consejo de que su producto es supuestamente la única fuente de nutrición de mi hijo durante el primer año de vida?

¿Qué hay realmente en la fórmula?

Echemos un vistazo de cerca a Enfamil y ver lo que hay realmente en él. De la web propia de Mead Johnson, aquí está la lista de ingredientes de Enfamil:

Por 5 Fl oz: Proteínas 2,5 g, 5,1 g de grasa, carbohidratos 11 g, 133 g de agua, ácido linoleico 860 mg, Vitamina A 300 UI, UI de vitamina D 60; UI Vitamina E 2; mcg de vitamina K 8, tiamina (vitamina B1) 80 mcg; Riboflavina (vitamina B2) 140 mcg, 60 mcg de vitamina B6, vitamina B12 0,3 mcg, niacina 1000 mcg, ácido fólico (folacina) 16 mcg; Ácido pantoténico 500 mcg; Biotina mcg 3; Vitamina C (ácido ascórbico) 12 mg, 12 mg de colina, inositol 6 mg, 78 mg de calcio, fósforo 53 mg, 8 mg de magnesio, hierro 1,8 mg, 1 mg de Zinc, Manganeseo 15 mcg; Cobre 75 mcg; 10 mcg de yodo, selenio 2,8 mcg; Sodio 40 mg; Potasio 108 mg; Cloruro 75 mg, agua, leche descremada, aceite vegetal (oleína de palma, soja, coco, aceites de alta oleico de girasol), lactosa, almidón de arroz; maltodextrina; mono-y diglicéridos; lecitina de soja, carragenina y menos del 1% : Vitamina A Palmitato, Vitamina D3, acetato de vitamina E, vitamina K1, clorhidrato de tiamina, clorhidrato de vitamina B6, niacinamida, pantotenato de calcio, cloruro de colina, sulfato ferroso, sulfato de zinc, sulfato de manganeso, sulfato cúprico, selenita de sodio, taurina.

Cuando uno se pone en contacto con Mead Johnson directamente por teléfono (812 429 5000) para preguntarle acerca de los ingredientes, uno es atendido por gente de la administración muy educados la mayoría, y se nos dice que las proteínas y carbohidratos en Enfamil provienen de la leche de vaca. Y eso no es sólo pasteurizada, pero "super-refinada" leche sin grasa. Con esto, se supone que te convencerás del valor de los alimentos de Enfamil.

En el capítulo de las enzimas a (thedoctorwithin.com), hemos aprendido que la pasteurización paso a ser, de un alimento perfectamente bueno que ha sido utilizado por los más sanos seres humanos durante siglos, a un no-alimento - un alérgeno reactivo ligado a las alergias crónicas, cólicos, y el asma . La definición de la pasteurización es calentar la leche hasta que las enzimas se destruyen. Sin las enzimas, la leche no se puede descomponer y utilizar por el cuerpo.

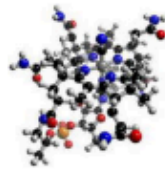
Sin grasa - como si fuera algo mejor. Uno de los ingredientes valiosos de la leche cruda a través de los siglos han sido las grasas buenas. Yo no quiero ni saber lo que significa "súper refinados", pero es obvio que tiene que ver con más fraccionamiento y aislamiento de algunos elementos de la leche y estabilizadores con conservantes. El objetivo principal de estos conservantes: una vida larga útil. Pero ¿qué pasa con el niño? Ahora. Creo que deberíamos estar contentos de que se "acordaron" de poner un poco de ácidos grasos esenciales en Enfamil, como el ácido linoleico. El ácido linoleico es un verdadero ácido graso esencial, lo que significa que debemos obtenerlo en nuestra dieta porque el cuerpo no lo puede hacer desde otras cosas. El ácido linoleico en sí, es de vital importancia como bloque

de construcción de las grasas del cerebro. El problema es que el ácido linoleico viene del maíz, cártamo y girasol. La lista de ingredientes no menciona ninguno de ellos. Eso significa que el ácido linoleico es una fracción hecha por el hombre, un solitario bioquímico no vivo ya sea creado en el laboratorio o extraída de un alimento, pero ya no es viable como un alimento. Pretender que el ácido linoleico creado por el hombre es idéntico a la forma natural es la arrogancia suprema, y se mantiene sólo por los estudios de ciencia basura llevadas a cabo por la propia industria farmacéutica.

Lo mismo ocurre con las vitaminas. Se enlistan las grasas solubles, A, E y D, así como las otras vitaminas. Una vez más, no se trata de vitaminas con vida, pero fracciones de vitaminas con vida hechas por el hombre las cuales son embotelladas y estabilizadas (matadas) para que puedan ser utilizadas como aditivos vitamínicos. Más aun, admiten este aislamiento cuando ponen "vitamina C" entre paréntesis detrás de ácido ascórbico. Aditivo vitamínico es tanto una contradicción como la música rap o la inteligencia de la policía.

4 de 9 12/09/2012 0:56

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e... <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http://...>



Lo mismo ocurre con los minerales. La lista de ingredientes de Enfamil separa las formas elementales minerales como calcio y fósforo, de las formas buenas y absorbibles, como el sulfato ferroso y el sulfato de zinc. Esto demuestra la ausencia de una inteligencia en la supervisión del diseño total de la fórmula, que es crítica en los suplementos de cualquier tipo, y muestra a Enfamil por lo que es: una mezcla caótica, desordenada, aleatoria de aislamientos de alimentos sin vida.

A excepción del aceite de soja (cada vez más tóxico), los aceites vegetales que figuran en la fórmula son en realidad las fuentes legítimas de importantes ácidos grasos de cadena larga que son importantes para el desarrollo de decenas de tejidos para bebés. El problema es que el enranciamiento. Con el fin de ser utilizable por los seres humanos, especialmente los seres humanos en desarrollo, los aceites deben estar en sus formas más puras y más prístinas. A pesar de que los aceites en Enfamil no pueden ser hidrogenados, son todavía sobrealimentados con el fin de estabilizarlos. Las formas originales son muy frágiles y se destruyen fácilmente por el calor, la luz y el procesamiento de alimentos. Las grasas destruidas se llaman rancias. Como tales, han perdido su valor nutricional y pueden convertirse en grasas alteradas. O bien grasas trans, que interfieren con la vida celular. La alteración de las grasas son tóxicos, nada nutritivo.

La soja y la lecitina de soja son particularmente tóxicos, productos inertes como se explica en The Magic Bean (www.thedoctornormal.com). Y no solo porque vienen de incógnitas de ingeniería genética que detienen la función normal de la enzima en el tracto del niño. La lecitina de soja es un emulsionante sin vida, reactivos añadidos a los alimentos más procesados. Los suizos prohíben todas las importaciones que contienen lecitina de soja debido a su origen genéticamente cuestionables. La soja en sí es un importante inhibidor de las enzimas y la absorción de zinc. El zinc es absolutamente fundamental para el desarrollo del cerebro. Así que, aunque estaba muy bien Bristol Myers añadiendo zinc a Enfamil, los productos de soja aseguran que el zinc no se absorba. Una vez más, nadie está conduciendo el autobús aquí.

La carragenina es un alga roja que es un nuevo aditivo alimentario en cientos de productos, desde helados hasta la leche de soja hasta los postres. Se utiliza como un espesante. La idea detrás de agregarla a una fórmula infantil era también el contenido de la EPT, que supuestamente sería útil en el desarrollo de muchos sistemas del cuerpo, incluyendo el cerebro. El problema es que Mead Johnson está pasando por algo que desde 2001 ha habido un morfón de investigación médica que une la carragenina al cáncer de estómago.



Un doctor en medicina en la Universidad de Iowa, J. Tobacman, MD, muestra por lo menos 45 estudios que llegaron todos a la misma conclusión: Desde 1982, la carcinógena ha sido catalogada como un conocido carcinógeno por la Agencia Internacional para la Investigación sobre el Cáncer. El punto aquí es que incluso si hay una ligera posibilidad, o incluso sospecha, de que esta alga podría ser perjudicial para los seres humanos, debe ser excluida de la fórmula infantil. Pero de eso no es lo que estamos hablando aquí - estamos hablando de una tonelada de investigaciones que muestran cómo se puede causar cáncer de estómago con esto. Una compañía legítima, cuya primera preocupación es la salud de los consumidores, lo habría clausurado sin ningún tipo de instrucciones de la FDA. Pero dado que esas instrucciones no se han emitido, Mead Johnson sigue utilizando este producto peligroso en su fórmula para bebés más populares.

¿Por qué? No sería rentable para eliminarlo de todas las estanterías!

Para ser justos, hay una versión mejorada de Enfamil que contiene algas y hongos que en su estado de vida pueden ser fuertes debiles de DHA y AA. Pero eso fue antes de que el sistema de procesamiento volviera a bio unidades vivientes a cargas inertes que se ven bien en la etiqueta, pero no tan buenas en la sangre. Sin embargo, fue una linda intension.

ENTONCES ¿Cómo sobreviven a la fórmula?

Así que si todo esto es cierto acerca de Enfamyl, ¿por qué no están los bebés muriendo como moscas por esta fórmula peligrosa? ¿Por qué algunos bebés parecen prosperar en ella? Simple. El cuerpo es una máquina de supervivencia increíble, enormemente adaptable a hacer lo mejor que puede con lo que tiene. Las vitaminas falsas y pardidas son mejores que no haber ninguna vitamina. Algunos de los minerales de

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

Lo mismo ocurre con los minerales. La lista de ingredientes de Enfamil separa las formas elementales minerales como calcio y fósforo, de las formas buenas y absorbibles, como el sulfato ferroso y el sulfato de zinc. Esto demuestra la ausencia de una inteligencia en la supervisión del diseño total de la fórmula, que es crítica en los suplementos de cualquier tipo, y muestra a Enfamil por lo que es: una mezcla desordenada, aleatoria de aislamientos de alimentos sin vida.

A excepción del aceite de soja (cada vez más tóxico), los aceites vegetales que figuran en la fórmula son en realidad las fuentes legítimas de importantes ácidos grasos de cadena larga que son importantes para el desarrollo de decenas de tejidos para bebés. El problema es: el enranciamiento. Con el fin de ser utilizable por los seres humanos, especialmente los seres humanos en desarrollo, los aceites deben estar en sus formas más puras y más prístinas. A pesar de que los aceites en Enfamil no pueden ser hidrogenados, son todavía sobrecaentados con el fin de estabilizarlos. Las formas originales son muy frágiles y se destruyen fácilmente por el calor, la luz y el procesamiento de alimentos. Las grasas destruidas se llaman rancias. Como tales, han perdido su valor nutricional y pueden convertirse en grasas alteradas. O bien grasas trans, que interfieren con la vida celular. La alteración de las grasas son tóxicos, nada nutritivo.

La soja y lecitina de soja son particularmente tóxicos, productos inertes como se explica en The Magic Bean (www.thedoctorwithin.com). Y no sólo porque vienen de incógnitas de ingeniería genética que detienen la función normal de la enzima en el tracto del niño. La lecitina de soja es un emulsionante sin vida, reactivos añadidos a los alimentos más procesados. Los suizos prohíben todas las importaciones que contienen lecitina de soja debido a su origen genéticamente cuestionables. La soja en sí es un importante inhibidor de las enzimas y la absorción de zinc. El zinc es absolutamente fundamental para el desarrollo del cerebro. Así que, aunque estaba muy bien Bristol Myers añadiendo zinc a Enfamil, los productos de soja aseguran que el zinc no se absorba. Una vez más, nadie está conduciendo el autobús aquí.

La carragenina es un alga roja que es un nuevo aditivo alimentario en cientos de productos, desde helados hasta la leche de soja hasta los postres. Se utiliza como un espesante. La idea detrás de agregarlo a una fórmula infantil era también el contenido de la EPT, que supuestamente sería útil en el desarrollo de muchos sistemas del cuerpo, incluyendo el cerebro. El problema es que Mead Johnson está pasando por alto que desde 2001 ha habido un montón de investigación médica que une la carragenina al cáncer de estómago.

Un doctor en medicina en la Universidad de Iowa, J. Tobacman, MD, muestra por lo menos 45 estudios que llegaron todos a la misma conclusión. Desde 1982, la carragenina ha sido catalogada como un conocido carcinógeno por la Agencia Internacional para la Investigación sobre el Cáncer. El punto aquí es que incluso si hay una ligera posibilidad, o incluso sospecha, de que esta alga podría ser perjudicial para los seres humanos, debe ser excluida de la fórmula infantil. Pero de eso no es lo que estamos hablando aquí - estamos hablando de una tonelada de investigaciones que muestran cómo se puede causar cáncer de estómago con esto. Una compañía legítima, cuya primera preocupación es la salud de los consumidores, lo habría clausurado sin ningún tipo de instrucciones de la FDA. Pero dado que esas instrucciones no se han emitido, Mead Johnson sigue utilizando este producto peligroso en su fórmula para bebés más populares. ¿Por qué? ¡No sería rentable para eliminarlo de todas las estanterías!

Para ser justos, hay una versión mejorada de Enfamil que contiene algas y hongos que en su estado de vida pueden ser fuentes débiles de DHA y AA. Pero eso fue antes de que el sistema de procesamiento volviera a bio unidades vivientes a cargas inertes que se ven bien en la etiqueta, pero no tan buenas en la sangre. Sin embargo, fue una linda intensión.

ENTONCES ¿Cómo sobreviven a la fórmula?

Así que si todo esto es cierto acerca de Enfamil, ¿por qué no están los bebés muriendo como moscas por esta fórmula peligrosa? ¿Por qué algunos bebés parecen prosperar en ella? Simple. El cuerpo es una máquina de supervivencia increíble, enormemente adaptable a hacer lo mejor que puede con lo que tiene. Las vitaminas falsas y

parciales son mejores que no haber ninguna vitamina. Algunos de los minerales de

5 de 9 12/09/2012 0:56

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e... <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http://>

la fórmula son realmente buenos. Ácidos grasos inferiores son mejores a no haber ningún ácido graso. Los carbohidratos procesados son mejores a no haber hidratos de carbono. Si hubiera verdad en la publicidad, ellos podrían decir que esta fórmula es lo mejor que pudieron hacer teniendo en cuenta todas las dificultades que tuvieron para trabajar, etc. en vez de decir que esta fórmula es "la mejor nutrición" posible para el niño, tan bueno como la leche materna, etc. .

Test: ¿Está Bristol-Myers en el negocio de la salud o en el retorno de la inversión empresarial? Antes de creer en alguien, toma en cuenta de dónde su salario viene.

¿Qué pasa si la madre no puede darle el pecho?

Si el cerebro y desarrollo óptimo del cuerpo del bebé son el objetivo principal, no hay sustituto para la leche de las madres. Solo un tonto o un vendedor de fórmula imaginan que la hay. Solo la naturaleza sabe qué nutrientes necesita un nuevo bebé, cuando y exactamente cuánto. Pero si la lactancia materna no es una opción, por cualquier razón, el bebé no morirá, siempre y cuando algún tipo de nutrición se le ofrezca.

PLAN B

Con respecto al desarrollo del cerebro, nuestra primera preocupación aquí es conseguir el DHA y AA para el niño en una forma utilizable, y natural. En su útil texto sobre nutrición "Tradiciones Nutricionales", Fallon y Enig ofrecen una solución práctica que ha resistido el paso del tiempo. Ofrecen recetas para 2 fórmulas naturales que se han ideado para acercarse lo más posible a los nutrientes conocidos en la leche materna, especialmente los ácidos grasos.

Aquí están:

Fórmula sin leche

- * 3.5 tazas de caldo orgánico hecho en casa (de carne de res, pollo o pescado)
- * 2 oz de hígado orgánico picado
- * 5 cucharadas de lactosa
- * 1/4 taza de suero
- * 1 cucharada de aceite de coco (sin refinar)
- * 1 cucharadita de aceite de hígado de bacalao
- * 1 cucharadita de aceite de girasol sin refinar

Cocine el hígado poco a poco en el caldo. Licua en una licuadora. Cuando esté frío, agregue los ingredientes restantes. Almacenar en un contenedor de vidrio. Para servir, coloque 6 oz en botella de vidrio y caliente lentamente en olla de agua caliente a baño maría. Nunca microondas.

Fórmula a base de leche

- * 2 tazas de leche cruda (sin pasteurizar)
- * 1/4 taza de suero
- * 2 cucharadas de nata cruda (sin pasteurizar)
- * 1 cucharada de aceite de hígado de bacalao
- * 1 cucharada de aceite de girasol sin refinar
- * 2 cucharadas de levadura de cerveza
- * 2 cucharaditas de gelatina
- * 1 1/3 taza de agua filtrada



Calentar la gelatina en agua hasta que se disuelva. Coloca todos los ingredientes en un recipiente de vidrio y revuelve bien. Para servir, coloca 6 oz en botella de vidrio y calienta lentamente en olla con agua caliente. Nunca microondas.

Obviamente que estas fórmulas son de día y de noche, aparte de la fórmula comercial procesada. El contraste principal es que estas fórmulas se preparan en vivo por una persona en vivo con alimentos sin procesar y en condiciones conocidas. En lugar de inertes, súper refinadas, sin vida, fraccionadas, creaciones sintéticas, de laboratorio carentes de enzimas, sustituimos los alimentos frescos de vida con todos los nutrientes en una forma digerible, viable. Las fórmulas comerciales vienen y van, pero estas viejas recetas se transmiten de generación en generación sin grandes cambios. El bebé va a prosperar en ellos.

Se ha hecho un intento de proteger esta información.

Nota: Edición del post a 3 de Agosto de 2012.

Incluimos una receta con leche vegetal que también es recomendada por especialistas y que puede ser consumida por todas las personas, incluyendo recién nacidos.

Fuente: <http://www.etrnorte.com/buenasnotas/articulo/686/1370515/default.asp>

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

la fórmula son realmente buenos. Ácidos grasos inferiores son mejores a no haber ningún ácido graso. Los carbohidratos procesados son mejores a no haber hidratos de carbono. Si hubiera verdad en la publicidad, ellos podrían decir que esta fórmula es lo mejor que pudieron hacer teniendo en cuenta todas las dificultades que tuvieron para trabajar, etc. en vez de decir que esta fórmula es "la mejor nutrición" posible para el niño, tan bueno como la leche materna, etc. . Test: ¿Está Bristol-Myers en el negocio de la salud o en el retorno de la inversión empresarial? Antes de creer en alguien, toma en cuenta de dónde su salario viene.

¿Qué pasa si la madre no puede darle el pecho? Si el cerebro y desarrollo óptimo del cuerpo del bebé son el objetivo principal, no hay sustituto para la leche de las madres. Sólo un tonto o un vendedor de fórmula imaginan que la hay. Sólo la naturaleza sabe qué nutrientes necesita un nuevo bebé, cuando y exactamente cuánto. Pero si la lactancia materna no es una opción, por cualquier razón, el bebé no morirá, siempre y cuando algún tipo de nutrición se le ofrezca.

PLAN B

Con respecto al desarrollo del cerebro, nuestra primera preocupación aquí es conseguir el DHA y AA para el niño en una forma utilizable, y natural. En su útil texto sobre nutrición "Tradiciones Nutricionales", Fallon y Enig ofrecen una solución práctica que ha resistido el paso del tiempo. Ofrecen recetas para 2 fórmulas naturales que se han ideado para acercarse lo más posible a los nutrientes conocidos en la leche materna, especialmente los ácidos grasos. Aquí están:

Fórmula sin leche * 3.5 tazas de caldo orgánico hecho en casa (de carne de res, pollo o pescado) * 2 oz de hígado orgánico picado * 5 cucharadas de lactosa * 1/4 taza de suero * 1 cucharada de aceite de coco (sin refinar) * 1 cucharadita de aceite de hígado de bacalao * 1 cucharadita de aceite de girasol sin refinar

Cocine el hígado poco a poco en el caldo. Licua en una licuadora. Cuando esté frío, agregue los ingredientes restantes. Almacenar en un contenedor de vidrio. Para servir, coloque 6 oz en botella de vidrio y caliente lentamente en olla de agua caliente a baño maría. Nunca microondas.

Fórmula a base de leche * 2 tazas de leche cruda (sin pasteurizar) * 1/4 taza de suero * 2 cucharadas de nata cruda (sin pasteurizar) * 1 cucharada de aceite de hígado de bacalao * 1 cucharada de aceite de girasol sin refinar * 2 cucharadas de levadura de cerveza * 2 cucharaditas de gelatina * 1 1/3 taza de agua filtrada

Calentar la gelatina en agua hasta que se disuelva. Coloca todos los ingredientes en un recipiente de vidrio y revuelve bien. Para servir, coloca 6 oz en botella de vidrio y calienta lentamente en olla con agua caliente. Nunca microondas. Obviamente que estas fórmulas son de día y de noche, aparte de la fórmula comercial procesada. El contraste principal es que estas fórmulas se preparan en vivo por una persona en vivo con alimentos sin procesar y en condiciones conocidas. En lugar de inertes, súper refinadas, sin vida, fraccionadas, creaciones sintéticas, de laboratorio carentes de enzimas, sustituimos los alimentos frescos de vida con todos los nutrientes en una forma digerible, viable. Las fórmulas comerciales vienen y van, pero estas viejas recetas se transmiten de generación en generación sin grandes cambios. El bebé va a prosperar en ellos.

~~~~ ~~~~ ~~~~

Nota: Edición del post a 3 de Agosto de 2012. Incluimos una receta con leche vegetal que también es recomendada por especialistas y que puede ser consumida por todas las personas, incluyendo recién nacidos. Fuente: <http://www.elnorte.com/buenamesa/articulo/686/1370515/default.asp>

6 de 9 12/09/2012 0:56



¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e... <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

#### Lechada de almendras

Rinde 1 1/2 litros

Tiempo de elaboración: 6 horas

Grado de dificultad: medio

3 tazas de avena

Agua (la necesaria)

36 almendras peladas

Agua purificada (la necesaria)

#### Preparación:

En un tazón agregar la avena y el agua hasta tapar; reservar por 6 horas.

Transcurrido ese tiempo, por cada taza de avena remojada incorporar 12 almendras sin piel.

Líquar la mezcla de avena con almendras. De ser necesario, añadir más agua a la preparación hasta obtener la consistencia deseada.

Nota de cocina: es excelente como sustituto de la leche materna.

#### Por qué tomarla.

Las lechadas son preparaciones que sustituyen de manera directa a la leche, de las cuales se pueden obtener muchos beneficios:

- Son una opción de alimentación sana, por sus propiedades y por lo natural de sus ingredientes.
- Lo recomendable es tomar un vaso diario, por la mañana o por la noche, considerando que también tienen propiedades calmantes que ayudan al cuerpo a relajarse.
- Para los niños es muy buena, sobre todo para los recién nacidos, la lechada de almendras, ya que representa un sustituto de la leche materna.

(Nota de los administradores de Vida Lúcida: siempre consultar a un especialista.)

#### Quizás también te interese:



Cefalía: descripción general, causas y remedios naturales.



Negligencia: lo que no le dice los médicos sobre ella.



Osteoporosis: Me expusiste y Estréngeme.



Todo sobre el mal de ojo: causas y soluciones.



Mal olor corporal: causas y remedios populares para...

[Link Within](#)

Publicado por Tty

Google +

---

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

Lechada de almendras Rinde 1 1/2 litros Tiempo de elaboración: 6 horas Grado de dificultad: medio

3 tazas de avena Agua (la necesaria) 36 almendras peladas Agua purificada (la necesaria)

Preparación: En un tazón agregar la avena y el agua hasta tapar; reservar por 6 horas. Transcurrido ese tiempo, por cada taza de avena remojada incorporar 12 almendras sin piel. Licuar la mezcla de avena con almendras. De ser necesario, añadir más agua a la preparación hasta obtener la consistencia deseada. Nota de cocina: es excelente como sustituto de la leche materna.

#### **Por qué tomarla.**

Las lechadas son preparaciones que sustituyen de manera directa a la leche, de las cuales se pueden obtener muchos beneficios:

-Son una opción de alimentación sana, por sus propiedades y por lo natural de sus ingredientes. -Lo recomendable es tomar un vaso diario, por la mañana o por la noche, considerando que también tienen propiedades calmantes que ayudan al cuerpo a relajarse. -Para los niños es muy buena, sobre todo para los recién nacidos, la lechada de almendras, ya que representa un sustituto de la leche materna.

**(Nota de los administradores de Vida Lúcida: siempre consultar a un especialista.)**

#### **Quizás también le interese:**

Colitis: descripción

Alergias: lo que no

Osteoporosis,

Todo sobre el mal

Mal olor corporal: general, causas y

te dicen los

Menopausia y

aliento: causas y

causas y remedios remedios naturales.

médicos sobre ella.

Estrógenos.

soluciones.

populares para ...

**LinkWithin**

1618 1401 1 3 Google + 4 Publicado por Tay

7 de 9 12/09/2012 0:56

6 comentarios

[Agregar un comentario](#)



Mireia Muñoz · Tarragona, Spain

LO VOY A SEGUIR PONIENDO: MIS BOMBADONAS DE 30 COMENTARIOS PORQUE TE HAN DEBATIDO QUE NO TENIAS RAZON ALGUNA. BONITA FORMA DE INFORMAR, VERDADEROSOS.

Responder · 6 · Me gusta · Seguir esta publicación · El Domingo a las 23:10



Alba Padró Arcaas · Barcelona

Hola,

Soy mamá de lactancia materna e IBCLC. Los bebés han sido diseñados para ser alimentados con leche materna, de eso no tenemos dudas. Los motivos por los que una mujer no pueda dar el pecho son muy limitados pero aún así hay miles de mujeres que no pueden o se ven en la decisión de dejar de amamantar. Yo sé por la causa que sea la segunda opción para alimentar a un bebé cuando eso sucede es dar leche materna de nada (de banco o de familia), y si eso no es posible la tercera opción es leche artificial. Es cierto que la leche artificial no se parece en nada a la leche materna y hay más de 200 componentes de la leche materna que no están presentes en la leche artificial pero en la otra opción vas a ponerle los bebés. La leche de vaca... [Ver más](#)

Responder · 112 · Yo no me gusta · Seguir esta publicación · El Domingo a las 11:29



Tay Quíllar

Alba Padró, tu no estás de acuerdo con este artículo. Pero es solo tu perspectiva (tus perspectivas junto a las que no lo estás corrigiendo). Hagamos algunas que si estamos de acuerdo y por experiencia hemos visto que la leche de fórmula no es nada buena. Leche artificial como tú lo mencionas. Es ley de acuerdo en que nada como la leche materna, pero si la tenemos y bajo un estricto control. Hay veces que no se puede amamantar al bebé, pero si como así, usar una chupeta, tampoco está mal de aceptar para muchas mujeres, y la leche de fórmula, después, pero para muchas mujeres no es una opción más ya después de nuestras experiencias y después de darnos cuenta de la verdad detrás de ellas después de publicaciones investigaciones. Dices que es eliminando hacer repuestas cuando con esta leche vegetal, he visto... [Ver más](#)

Responder · 4 · Me gusta · El Domingo a las 12:24



Tay Quíllar

La leche de fórmula le empezó a causar asma desde los dos meses que ya no puede darle de la teta. Alguien a sus 4 años lo tenía y en su piel, leche de vaca y soja, que no puede darme cuenta de que tenía ese problema hasta que empezó a investigar profundamente y dar con fuentes como estas que se mencionan en las páginas. De ahí, en mucho, se cayó el sistema médico para mí que le das solo remedios para tapar el problema pero no para solucionarlo, no le cambian dieta ni de la teta y le acaban con la leche PAPA, TCCO, y que también en favor de estas compañías de fórmula y medicamentos porque esta es la NECESIDAD realista.

Responder · 2 · Me gusta · El Domingo a las 12:32



Makalu García Fernández · [Suscribirse](#)

Y cuando la lactancia es más allá del año... Hay poca información sobre si debes tomar leche de vaca además de la materna o con la materna es suficiente. Y si das de mamar hasta los cinco años? Se les da o leche o solo materna? Yo no encuentro artículos. Amamantar a mi bebé de 18 meses y no tomar más leche... pero no se si debería introducirlo.

Responder · Me gusta · El Domingo a las 12:34

[Ver 49 más](#)



Albinia Castellblanca Terrón · Universidad Autónoma de Barcelona

Muchas no entendéis parte del comentario porque se ha tomado parte del artículo. Pero es tan grave lo que esperas que no puedo permitirme callarlo.

Yo voy a reconocer que las leches artificiales son tóxicas, si así lo prefieren y si eso es lo que buscan. Lo son. Les falta cosas y tienen otros riesgos. Dices de la peligrosidad que es que alguien que sepa eso aún así lo recomienda. Pero es que resulta que detrás de la leche humana, las hechas leches artificiales para bebés son lo menos tóxicas que hay porque los bebés, detrás de que si, que son tóxicas y lo único con unas proporciones nutricionales realmente similares a la leche materna humana. Incluso si nos permitimos a utilizar leches maternas en el momento una cierta contaminación que nos llevaría a poder decir que son tóxicas, ya puestos.

En la parte que se ha tomado... [Ver más](#)

Responder · 8 · Me gusta · Seguir esta publicación · El Lunes a las 14:27



Angelica Guillen Ayala · Universidad de Guadalajara

Por qué hace referencia solo a una leche? eso me hace pensar que esta información no es tanto para informar sobre la importancia de la leche materna sino para después (por una mala elección)

Responder · 4 · Me gusta · Seguir esta publicación · El 1 de agosto a las 22:40



Una Vida Lúcida

Es de hecho la fórmula es exacta, pero en el artículo solo se menciona la cantidad por metro de los más importantes como el hierro, calcio y vitaminas.

Responder · 1 · Me gusta · El 3 de agosto a las 12:01



Abel Sánchez Medina · [Suscribirse](#) · También en Seguir Social de Salud · 133 suscriptores

no solo es la más comercial, si no que es la que más valoraciones hace del código de comercialización de los sucedáneos de la leche materna... con los más concretos, se han más a las pediatras y a los pediatras de la salud... todo un plus de marketing muy caro desde el más perjudicado son nuestros bebés.

---

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

**6 comentarios Agregar un comentario 8 de 9 12/09/2012 0:56**

Mireia Muñoz · Tarragona, Spain LO VOY A SEGUIR PONIENDO: HAS BORRADO MAS DE 50 COMENTARIOS PORQUE TE HAN DEBATIDO QUE NO TENIAS RAZÓN ALGUNA. BONITA FORMA DE INFORMAR. VERGONZOSO.

[Responder](#) · [Me gusta](#) · [Seguir esta publicación](#) · [El Domingo a la\(s\) 23:10](#) 6

**Alba Padró Arocas · Barcelona**

Hola: Soy asesora de lactancia materna e IBCLC. Los bebés han sido diseñados para ser alimentados con leche materna, de eso no tenemos dudas. Los motivos por los que una mujer no pueda dar el pecho son muy limitados pero aún así hay miles de mujeres que no quieren dar el pecho a sus bebés. También hay mujeres que, pese a desear amantar, no pueden o se ven en la decisión de dejar de amamantar. Ya sea por la causa que sea la segunda opción para alimentar a un bebé cuando eso sucede es dar leche materna donada ( de banco o de familiar), y si eso no es posible la tercera opción es leche artificial. Es cierto que la leche artificial no se parece en nada a la leche materna y hay más de 200 componentes de la leche materna que no están presentes en la leche artificial pero es la única opción viable para los bebés. La leche de vaca pe...Ver más

[Responder](#) · [Ya no me gusta](#) · [Seguir esta publicación](#) · [El Domingo a la\(s\) 11:29](#)

[Ver 49 más](#)

112

Albania Castelblanque Terrón · Universidad Autónoma de Barcelona

Muchos no entenderán parte del comentario porque se ha borrado parte del artículo. Pero era tan grave lo que exponía que no puedo permanecer callada.

Yo voy a reconocer que las leches artificiales son tóxicas, si así lo prefieres y si eso es lo que buscas. Lo son. Les faltan cosas y tienen otras nocivas. Dices de lo peligroso que es que alguien que sepa eso aún así lo recomiende. Pero es que resulta que detrás de la leche humana, las horribles leches artificiales para bebés son lo menos tóxico que hay para los bebés, dentro de que sí, que son tóxicas y lo único con unas proporciones nutricionales medianamente similares a la leche materna humana. Incluso si nos pusiéramos a analizar leches maternas encontraríamos una cierta contaminación que nos llevaría a poder decir que son tóxicas, ya puestos.

En la parte que se ha borrado, ...Ver más

[Responder](#) · [Me gusta](#) · [Seguir esta publicación](#) · [El Lunes a la\(s\) 14:27](#) 8

Angelica Quiles Ayala · Universidad de Guadalajara

Por qué hace referencia solo a una leche?? eso me hace pensar que esta nota no es tanto para informar sobre la importancia de leche materna sino para desprestijiar una marca en especial [Responder](#) · [Me gusta](#) · [Seguir esta publicación](#) · [El 1 de agosto a la\(s\) 22:40](#) 4

**Tay Cuéllar**

Alba Padró, tu no estás de acuerdo con este artículo. Pero es sólo tu perspectiva (sus perspectivas junto a los que no lo estén contigo). Hemos algunos que sí estamos de acuerdo y por experiencia hemos sabido que la leche de fórmula no es nada buena (leche artificial como tu lo mencionas). Estoy de acuerdo en que nada como la leche materna, pero sin fanatismos y bajo un enfoque realista. Habrá veces que no se pueda amamantar al bebé, pero así como así, buscar una donadora, tampoco está así de accesible para muchísimas mujeres, y la leche de fórmula, disculpa, pero para muchísimas mujeres no es una opción más ya después de nuestras experiencias y después de darnos cuenta de la verdad detrás de ella después de profundizar en investigaciones. Dices que es contaminante hacer preparados caseros con estas leches vegetales, he visto ...Ver más

Responder · · Me gusta · El Domingo a la(s) 15:24 4

#### **Tay Cuéllar**

La leche de fórmula le empezó a causar asma desde los dos meses que ya no pude darle de la mía. Alergia en sus vías respiratorias y en su piel, leche de vaca y soja, que no pude darme cuenta bien porque tenía ese problema hasta que empecé a investigar profundamente y dar con fuentes como estas que se mencionan en la página. De ahí, en mucho, se cayó el sistema médico para mí que te dan sólo remedios para tapar el problema pero no para solucionarlo, no te cambian dieta a dieta natural y te recetan antibióticos PARA TODO, y que trabajan a favor de estas compañías de fórmulas y medicamentos porque esto es un NEGOCIAZO redondo.

Responder · · Me gusta · El Domingo a la(s) 15:32 2

#### **Makalu García Fernandez ·**

##### **Suscribirme**

Y cuando la lactancia es más allá del año... Hay poca información sobre si deben tomar leche de vaca además de la materna o con la materna es suficiente. Y si das de mamar hasta los cinco años? Se les da otra leche o sólo materna? Yo no encuentro artículos. Amamanto a mi bebé de 18 meses y no toma otra leche....pero no se si debería introducirla

Responder · Me gusta · El Domingo a la(s) 15:54

#### **Una Vida Lúcida**

Es de todas las fórmulas en esencia, pero en el artículo sólo se mencional la enfamil por ser de las más importantes comercialmente hablando en estados unidos y latinoamérica. Responder · · Me gusta · El 3 de agosto a la(s) 15:01 1

Abel Sanchez Medina · · Trabaja en Seguro Social de Salud · 133 suscriptores

no solo es la mas comercial , si no que es la que mas violaciones hace del codigo de comercializacion de los sucedaneos de la leche materna ....compra mas conciencias, soborna mas a los pediatras y otro profesionales de la salud....todo un plan de marketing muy costoso donde el mas perjudicado son nuestros bebes.

##### **Suscribirme**

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e... <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

[Post Siguientes](#) 



 [Post Anteriores](#)

#### Últimos Artículos

[Haz tus propias fragancias naturales para tu hogar](#)

[Propiedades, usos y presentaciones de la Stevia.](#)

[Cómo construir una fuente Zen.](#)

[Cómo deshidratar verduras verdes en casa.](#)

[Usos alternativos del Té.](#)

---

---

¿Tienes hijos en etapa de lactancia? Quizás te interese saber e...  
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http...>

### **Últimos Artículos**

Haz tus propias fragancias naturales para tu hogar

Propiedades, usos y presentaciones de la Stevia.

Cómo construir una fuente Zen.

Cómo deshidratar verduras verdes en casa.

Usos alternativos del Té.

9 de 9 12/09/2012 0:56