Tablas de crecimiento

Las «curvas de crecimiento» son una herramienta útil para registrar y evaluar las mediciones del peso, tamaño y perímetro craneal, pero hay que analizarlas de forma cautelosa. Interpretaciones erróneas pueden suponer una preocupación injustificada para la familia o la adopción de medidas innecesarias.

Existen diversas gráficas para evaluar el crecimiento. Aquí se puede acceder a las elaboradas por la Fundación Orbegozo, y es tan expresadas en percentiles, que son medidas estadísticas. Hay unas para las niñas y otras para los niños, en rangos de edad de 0 a 2 años y de 2 a 18 años. Las líneas no son caminos que tengan que seguir de forma constante, porque el crecimiento no es continuo, sino graduado. Puede que haya bebés que en un determinado momento bajen o suban de percentil.

Por eso, es importante considerar la evolución de cada bebé en particular, puesto que, si su ritmo de crecimiento está separado del medio, no quiere decir necesariamente que sea anormal. Hay bebés sanos que crecen y engordan lentamente, incluso por fuera de la gráfica (del 0 al 3%). Hay que tener en cuenta que los lactantes alimentados con leche materna ganan más peso durante los primeros meses, pero a partir del 4.º-6.º mes el incremento es menor que en los alimentados con fórmulas artificiales; las gráficas en uso se basan en estos últimos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) elaboró nuevas tablas a partir de lactantes alimentados con pecho de distintos países del mundo en condiciones óptimas y siguiendo las recomendaciones de lactancia materna exclusiva los seis primeros meses y junto con otros alimentos durante dos años o más.

Indican cómo deben crecer las niñas y los niños en cualquier país del mundo y establecen que el lactante alimentado con pecho debe ser la referencia para determinar el crecimiento saludable, dado que la alimentación materna es la «norma biológica».