



NUTRICIÓN MATERNA. Científicos australianos publicaron hace unos años en la revista EUROPEAN JOURNAL OF CLINICAL NUTRITION, el resultado de sus investigaciones sobre la nutrición en madres, durante el periodo de lactancia de sus hijos con leche materna. Entre diversas conclusiones, quizá la más interesante fue la de que no es necesario que ingieran mucha mayor cantidad de alimentos, es decir, calorías, que la habitual. Lo que sí parece constituir el factor más limitador es la ingestión de suficiente cantidad de calcio, zinc y vitamina A, que suelen estar situadas por debajo de las cifras recomendables a su circunstancia de madres lactantes.