



Comienzos Más Fuertes: Cómo los Suplementos Prenatales de Micronutrientes Múltiples (MMS) Favorecen el Crecimiento de los Bebés

Mayo 2025

BOLETÍN INFORMATIVO

Una nueva investigación muestra que cuando las mujeres embarazadas toman suplementos de micronutrientes múltiples (MMS), sus bebés tienen más probabilidades de nacer sanos y crecer mejor durante los primeros meses cruciales de vida. Estos bebés tienen menos probabilidades de sufrir desnutrición, un riesgo clave en la etapa más temprana y vulnerable de la vida.

Un [nuevo estudio global](#), liderado por el Grupo Asesor Técnico de MMS y publicado en el *American Journal of Clinical Nutrition*, ha encontrado que los MMS durante el embarazo ayudan a que los bebés nazcan más largos, ganen más peso y muestren señales tempranas de un desarrollo cerebral más fuerte, en comparación con los suplementos estándar de hierro y ácido fólico (IFA) comúnmente utilizados en muchos países con ingresos bajos y medios (LMIC).

Los MMS ayudan a prevenir deficiencias de vitaminas y minerales en mujeres embarazadas, lo que apoya un embarazo más saludable y mejora los resultados tanto para la madre como para el bebé.

El Informe

Para comprender mejor cómo los MMS prenatales afectan el crecimiento del bebé, un equipo global de investigadores llevó a cabo una revisión sistemática y un meta-análisis de 19 estudios de alta calidad. Estos estudios compararon los resultados en bebés nacidos de madres que tomaron MMS frente a los nacidos de madres que solo recibieron IFA – el suplemento prenatal estándar en muchos países. El análisis incluyó a más de 20,000 pares madre-bebé de entornos con ingresos bajos y medios.

Hallazgos Clave

Los bebés cuyas madres tomaron MMS durante el embarazo nacieron más largos, más pesados y con mayor perímetro craneal y de brazo — señales de un crecimiento saludable. Estas ventajas continuaron durante los primeros seis meses de vida. Específicamente, los bebés cuyas madres tomaron MMS presentaron:

- **Mayor longitud y peso al nacer** y durante los primeros seis meses de vida
- **Mayor perímetro craneal** hasta los 12 meses (una señal de crecimiento cerebral)
- **Circunferencia Media del Brazo (MUAC)** hasta los tres meses (una señal temprana de mejor estado nutricional)

Los MMS también redujeron el riesgo de desnutrición en la primera infancia. Al nacer y a los tres meses de edad, los bebés cuyas madres tomaron MMS tenían menos probabilidades de:

- Tener retraso en el crecimiento (ser demasiado bajos para su edad)
- Tener bajo peso (ser demasiado livianos para su edad)
- Tener la cabeza pequeña o MUAC bajo.

Además, los MMS redujeron el riesgo de emaciación al nacer (ser demasiado delgados para su longitud), una forma grave de malnutrición temprana.



Estos resultados muestran claramente que los beneficios del crecimiento con MMS prenatales van más allá de los efectos conocidos al nacimiento y se extienden hasta los 3 o incluso 6 meses de edad. Lo importante es que este periodo coincide con informes previos sobre el efecto de los MMS prenatales en la mejora de la cognición infantil temprana y tardía.

Dr. Anuraj H. Shankar
Científico Senior, Departamento de Medicina Nuffield, Universidad de Oxford

¿Por qué Es Importante?

Estos hallazgos tienen implicaciones importantes para la salud pública. En comparación con solo IFA, los MMS ayudan a que los bebés alcancen un tamaño más saludable al nacer y favorecen el crecimiento durante los primeros seis meses de vida —una ventana crítica para el desarrollo infantil.



Los suplementos prenatales de micronutrientes múltiples ofrecen una forma segura, eficaz y asequible de ayudar a los bebés a tener un comienzo de vida más saludable desde el nacimiento hasta los primeros 6 meses de vida, influyendo en lo que ocurre durante los 1,000 días cruciales.

Dra. Parul Christian
Profesora en la Escuela de Salud Pública Bloomberg de Johns Hopkins

Además de los beneficios para la salud, los MMS también son altamente rentables, generando un retorno estimado de más de \$37 por cada dólar invertido, al mejorar los resultados de salud y reducir los costos del sistema sanitario a largo plazo, especialmente en países de ingresos bajos y medios.

Implicaciones

1. Impacto Global en Salud: Los bebés que nacen demasiado pequeños o crecen mal en la primera infancia enfrentan mayores riesgos de enfermedades, retrasos en el desarrollo, problemas de salud crónicos o incluso la muerte. Los MMS pueden cambiar esa situación.

2. Implicaciones para Políticas Públicas: Esta nueva evidencia refuerza el argumento para ampliar el uso de MMS en los programas nacionales de salud, especialmente en países donde el IFA sigue siendo el suplemento estándar.

3. Equidad Nutricional y Acceso: Los MMS abordan múltiples deficiencias nutricionales a la vez. Proporcionar MMS a todas las mujeres embarazadas, independientemente de sus ingresos o lugar de residencia, puede ayudar a cerrar las brechas en nutrición y desarrollo infantil temprano.



Comienzos más fuertes

Cómo los Suplementos Prenatales de Micronutrientes Múltiples (MMS) Favorecen el Crecimiento de los Bebés

¿Qué son los MMS?

- Son una mezcla de vitaminas y minerales esenciales, incluyendo hierro y ácido fólico (IFA).
- Se toman diariamente durante el embarazo, para cubrir carencias críticas de nutrientes.
- Se sabe que benefician los resultados del embarazo (por ejemplo, reducen el bajo peso al nacer y los partos prematuros).



¿Qué muestra el estudio? MMS vs. IFA

- ↑ Altura y peso desde el nacimiento hasta los 6 meses de edad
- ↑ Circunferencia cefálica desde el nacimiento hasta los 12 meses de edad

Los MMS prenatales reducen los riesgos de crecimiento deficiente hasta los 3 meses de edad

- | | |
|-----------------------------------|-----|
| • Retraso en el crecimiento | 9% |
| • Bajo peso | 13% |
| • Emaciación | 10% |
| • Circunferencia cefálica pequeña | 12% |
| • Emaciación o bajo peso | 14% |
| • Circunferencia cefálica pequeña | 16% |
| • Circunferencia media del brazo | 10% |

Al nacer

A los 3 meses



Los MMS prenatales resultan en un crecimiento más saludable y un menor riesgo de desnutrición hasta los 6 meses de edad.

¿Por qué es importante?

- Los MMS prenatales reducen el **riesgo de desnutrición** infantil durante un **período crítico** de rápido crecimiento y desarrollo
- **Excelente relación costo-beneficio** (retorno de \$37 por cada \$1 invertido)



Cambiar de IFA a MMS durante el embarazo puede ayudar a millones de bebés a crecer más fuertes, más sanos y más inteligentes.



Más Información

1. [La publicación – Efecto de la suplementación prenatal con múltiples micronutrientes en comparación con la suplementación con hierro y ácido fólico sobre el tamaño al nacer y el crecimiento posterior hasta los 24 meses de edad: una revisión sistemática y meta-análisis.](#)
2. [Recomendaciones de la OMS sobre la atención prenatal para una experiencia positiva del embarazo - Actualización sobre intervenciones nutricionales: suplementos con múltiples micronutrientes durante el embarazo.](#)
3. [Consecuencias en la adultez del retraso en el crecimiento durante la primera infancia.](#)
4. [Emaciación y retraso en el crecimiento en lactantes y niños pequeños como factores de riesgo de retraso en el crecimiento posterior o mortalidad: análisis longitudinal de datos de Malawi, Sudáfrica y Pakistán.](#)
5. [Plan de Acción Global \(GAP\) sobre la emaciación infantil – Poner fin a la emaciación infantil: un enfoque multisistémico hacia el 2030.](#)



Acerca de HMHB

El **Consortio Madres Saludables, Bebés Saludables (HMHB)**, alojado por el **Micronutrient Forum**, es un colectivo en crecimiento que reúne a más de 300 personas y organizaciones dedicadas a mejorar la nutrición materna. Trabajamos de forma colaborativa para promover intervenciones basadas en evidencia, como la suplementación con múltiples micronutrientes (MMS) y la suplementación dietética con energía y proteínas balanceadas (BEP) durante el embarazo en países de ingresos bajos y medios. El HMHB también convoca Grupos Asesores Técnicos (TAG) sobre **MMS** y **BEP**, que reúnen a expertos en nutrición, salud materna y salud pública para interpretar la evidencia, identificar vacíos de conocimiento y brindar orientación a gobiernos, ONG y aliados.

Visita nuestra [página web](#) para acceder a los últimos avances, evidencias, guías y herramientas más recientes sobre nutrición materna. Explora el [Mapa Mundial sobre MMS](#), el [Centro de Conocimiento](#), el [Centro de Recursos para la Incidencia](#), los cortometrajes [Voces de Mujeres](#) y los videos [Knowledge Byte](#). Únete a nosotros para impulsar la nutrición de las mujeres y construir futuros prometedores. ¡[Hazte miembro!](#)



hmhbconsortium.org



HMHB@micronutrientforum.org



Micronutrient Forum



MNForum

