

# LOS PRIMEROS 1.000 DÍAS CUENTAN: CÓMO LOS MICRONUTRIENTES PUEDEN DESATAR TODO EL POTENCIAL HUMANO



**LOS MICRONUTRIENTES SON...**



... VITAMINAS Y MINERALES ESENCIALES PARA LA BUENA SALUD Y UNA NUTRICIÓN ÓPTIMA.



... SÓLO NECESARIOS EN PEQUEÑAS CANTIDADES, PERO HACEN UNA GRAN DIFERENCIA.<sup>6</sup>



... IMPORTANTES PARA IMPACTOS PROFUNDOS EN LA SALUD PÚBLICA.

## ASÍ ES CÓMO LOS MICRONUTRIENTES TIENEN CONSECUENCIAS POSITIVAS DURANTE LA VIDA Y PARA LAS PRÓXIMAS GENERACIONES

### DURANTE LOS PRIMEROS 1.000 DÍAS

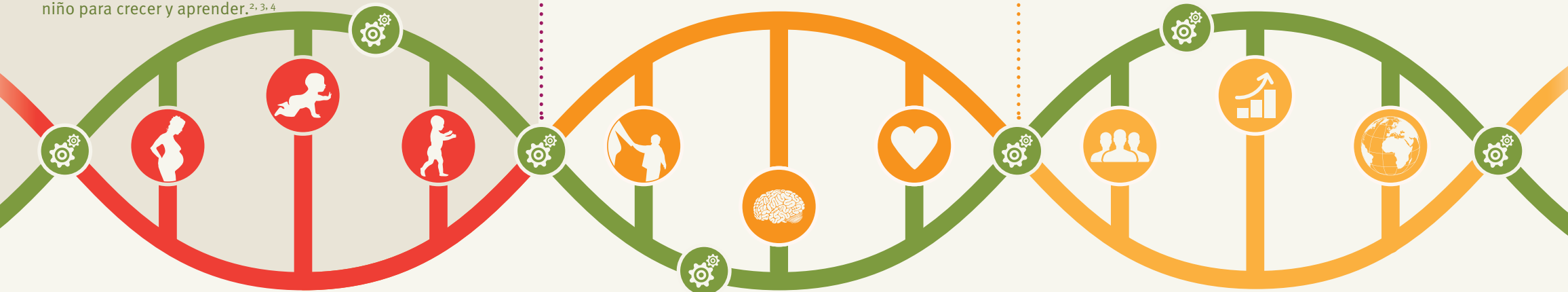
Los 1.000 días entre el embarazo de una mujer y el 2º cumpleaños de su hijo ofrecen una ventana única de oportunidades para desarrollar futuros más saludables y prósperos. La nutrición adecuada durante esta ventana de 1.000 días puede tener un profundo impacto en la capacidad del niño para crecer y aprender.<sup>2,3,4</sup>

### NIÑOS

Los niños que reciben la nutrición adecuada durante sus primeros 1.000 días, tienen un desarrollo físico y mental más fuerte, tienen 10 veces más probabilidades de superar enfermedades infantiles mortales y sus familias son más saludables.<sup>2,3</sup>

### ADULTOS Y NUEVAS GENERACIONES

Los adultos con una ingesta nutricional sana son más productivos, tienen más oportunidades de escapar de la pobreza y tienen menores costos de atención médica.<sup>1</sup>



**EL CUERPO PRIORIZA EL USO DE MICRONUTRIENTES ESCASOS CUANDO TIENE DEFICIENCIAS. LOS MICRONUTRIENTES ESTÁN RESERVADOS PARA LA SUPERVIVENCIA A CORTO PLAZO Y LA REPRODUCCIÓN, A EXPENSAS DE LA SALUD A LARGO PLAZO.<sup>5</sup>**



**TRES SIMPLES PASOS PARA UNA NUTRICIÓN SANA...**



UNA DIETA SALUDABLE



ALIMENTOS FORTIFICADOS



SUPLEMENTOS DE VITAMINA

Para obtener más información visite [www.dsm.com](http://www.dsm.com)

**References:** 1. Hoddinott J, et al 'Adult consequences of growth failure in early childhood'; American Society for Nutrition, 2013. / 2. Bhutta ZA, Das JK, Rizvi A, et al 'Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: what can be done and at what cost?'; Lancet, 2013. 3. Christian P, Lee SE, Donahue Angel M, et al 'Risk of childhood undernutrition related to small-for-gestational age and preterm birth in low- and middle-income countries'; Int J Epidemiol., 2013. [www.thousanddays.org](http://www.thousanddays.org) / 4. [www.thousanddays.org](http://www.thousanddays.org) / 5. Triage theory published by Bruce Ames, 2006, 2009. / 6. [http://ods.od.nih.gov/Health\\_Information/Dietary\\_Reference\\_Intakes.aspx](http://ods.od.nih.gov/Health_Information/Dietary_Reference_Intakes.aspx).

