

RESUMEN EJECUTIVO

Para ver el informe completo, incluyendo resultados detallados de los análisis, visite: healthybabyfood.org.

¿Qué hay en la comida de mi bebé?

Una investigación a nivel nacional descubrió que el 95% de las comidas de bebés analizadas contienen químicos tóxicos, incluyendo arsénico y plomo, que bajan el coeficiente intelectual de los bebés

El informe incluye opciones más seguras para padres, fabricantes y comerciantes, quienes buscan comida sana para niños pequeños.

SOCIOS



¿Qué hay en la comida de mi bebé?

Nuestros resultados muestran lo que padres, empresas fabricantes de comida para bebés y la FDA deben hacer para evitar que haya metales pesados tóxicos en la dieta de los bebés.

RESUMEN EJECUTIVO

Los padres compran comida para bebés confiando en que encontrarán los nutrientes, la comodidad y los sabores aprobados para niños que ofrecen las marcas comerciales. Sin embargo, casi todos esos jarritos, sobres y envases también contienen algo inesperado en la comida: rastros de metales pesados, lo que incluye arsénico y plomo.

Este problema, que se descubrió hace casi una década, está lejos de ser resuelto. Nuevos análisis hechos en 168 comidas para bebés, que encargó Healthy Babies Bright Futures (HBBF), encontraron metales pesados tóxicos en el 95% de las muestras analizadas. En una de cada cuatro comidas para bebés se encontraron todos los cuatro metales analizados por el laboratorio (arsénico, plomo, cadmio y mercurio). Aunque sean pequeñas las cantidades encontradas en la comida, estos contaminantes pueden alterar el cerebro en desarrollo y socavar el coeficiente intelectual (CI) del niño. Este impacto se va acumulando con cada comida o bocado que consume un bebé.

Las investigaciones recientes siguen confirmando una amplia gama de fuentes de exposición y riesgos preocupantes para los bebés, que incluyen cáncer y un déficit permanente en la inteligencia debida a la exposición a estos contaminantes comunes en la comida. A pesar de la evidencia de estos riesgos, con pocas excepciones, no hay control legal para limitar la cantidad de metales pesados tóxicos en la comida para bebés.

HAY PROGRESO, PERO HAY QUE ACELERARLO PARA PROTEGER A LOS BEBÉS

El gobierno, los padres y las empresas fabricantes de comida para bebés están prestando más atención. En 2017, la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos. (FDA por

sus siglas en inglés) le encargó a un equipo élite de científicos de la agencia “reducir la exposición...al máximo grado posible” a través del reordenamiento y modernización de la estrategia de la FDA para reducir la exposición (FDA 2018 a,b). A principios de 2019, los mayores fabricantes de comida para bebés, con el apoyo de organizaciones sin fines de lucro incluyendo HBBF, formaron un nuevo Consejo de Comida para Bebés que “busca reducir los metales pesados a los niveles mínimos que sean razonables y posibles de alcanzar en los productos de las empresas, usando las mejores prácticas de manejo” (BFC 2019). Y desde 2011, defensores de la salud pública vienen analizando la comida para bebés y educando a los padres sobre una variedad de temas, desde la presencia de arsénico y plomo en jugos de frutas (CR 2011, 2019a) hasta la de arsénico en cereales de arroz infantiles (HBBF 2017a, CR 2012) y metales pesados en una variedad de comidas para bebés (CR 2018, EDF 2017a, Gardener 2018).

Los niños están en mejores condiciones gracias a estos esfuerzos: los niveles actuales de contaminación de arsénico en el cereal de arroz y el jugo han disminuido entre el 37 y 63 por ciento, respectivamente, frente a los niveles de hace una década, gracias al éxito de las empresas en la reducción de los niveles de metales en sus ingredientes, siguiendo los consejos del borrador inicial de la FDA. Las empresas han variado sus métodos de procesamiento y cultivo, cambiado las variedades de plantas y buscando ingredientes de campos de cultivo menos contaminados.

A pesar de los avances, 19 de cada 20 comidas para bebés estudiadas tuvieron niveles perceptibles de por lo menos un metal pesado, según los análisis descritos en este estudio. Solamente un esfuerzo dramático de acelerar el trabajo de la FDA y el éxito del nuevo Consejo de Comida para Bebés en su búsqueda de cambios a lo ancho de la industria serán suficientes para finalmente resolver el problema.



RESULTADOS DEL ANÁLISIS: 168 COMIDAS PARA BEBÉS

95 por ciento de la comida para bebés analizada contenía uno o más metales pesados tóxicos

1 de cada 4 comidas para bebés contenían los cuatro metales pesados tóxicos analizados por el laboratorio, incluyendo arsénico y plomo

¿Cuántas comidas contenían múltiples metales pesados en un solo envase?

4 metales	26% de comidas para bebés
3 metales	40%
2 metales	21%
1 metal	8%
0 metales	5% (9 comidas)

¿En qué porcentaje de las comidas para bebés se encontraron cada uno de los metales pesados?

Arsénico	73% de comidas para bebés
Plomo	94%
Cadmio	75%
Mercurio	32%

¿QUÉ TIENE DE NUEVO ESTE ESTUDIO?

Los informes de metales pesados en comida para bebés llevan ya una década. Los avances del estudio de HBBF avanzan de 4 maneras:

Análisis de varias marcas: hacemos informes de los análisis de una mayor variedad de marcas que estudios anteriores, 61 marcas, desde las más reconocidas hasta las de poca distribución.

Primer estudio de la pérdida de CI para bebés: incluimos un nuevo estudio que HBBF encargó a Abt Associates, que por primera vez cuantifica el impacto en la salud que tienen los metales pesados en la comida para bebés. Este trabajo muestra una estimación de la disminución en el coeficiente intelectual generalizado en toda la población debido a la exposición a arsénico y plomo en la comida de niños, desde el nacimiento hasta los 24 meses de edad. También clasifica comidas según el impacto, mostrando las 15 comidas comúnmente consumidas por bebés y niños pequeños que son responsables por más de la mitad del riesgo (ver la sección Resultados de este informe).

Acciones optimizadas para los padres: presentamos los consejos más eficaces, detallando las comidas que presentan mayor riesgo para bebés, a base de los nuevos resultados sobre la pérdida del coeficiente intelectual (Abt 2019b). Eso permite que los padres puedan enfocarse en las cinco acciones estimadas a proveer el máximo beneficio a los cerebros de sus bebés.

Nuevos datos sobre contaminantes industriales y los riesgos de aditivos: también incluimos nuevos datos sobre el químico industrial perclorato en la comida para bebés. Este aumenta el riesgo de impacto que tienen los metales pesados sobre el coeficiente intelectual, y hacen aún más urgente las acciones para bajar los niveles de contaminantes neurotóxicos en la comida para bebés.

LOS PADRES PUEDEN ELEGIR CINCO OPCIONES MÁS SEGURAS EN COMIDA PARA BEBÉS A FIN DE TENER EL 80 PORCIENTO MENOS DE RESIDUOS TÓXICOS DE METALES PESADOS

Por ahora, los nuevos análisis de HBBF ayudan a los padres a tomar decisiones adecuadas en la oferta de comida para bebés. Encontramos que unos cambios sencillos pueden disminuir significativamente la exposición de los bebés a la contaminación de metales pesados. Los padres que buscan comprar comida para bebés pueden elegir cinco opciones más seguras, todas ampliamente disponibles, en vez de comidas más contaminadas (ver tabla abajo). Las opciones más seguras contienen en promedio 80 por ciento menos arsénico, plomo y otros metales pesados tóxicos, que las alternativas con mayor peligro.

Es importante notar que los padres no pueden evitar esta exposición escogiendo comidas orgánicas o cambiando de marcas comerciales a puré preparado en casa. Los metales pesados se hayan de forma natural en suelos y agua, y se encuentran en niveles elevados en los campos de cultivo que se han contaminado con pesticidas, algunos fertilizantes, contaminantes atmosféricos y operaciones industriales. Los cultivos alimenticios adsorben estos metales de forma natural. Los vegetales de hoja verde y cultivos de raíz como zanahorias y camotes (boniatos) retienen más de estos contaminantes que la mayoría de otros tipos



Nuestros análisis muestran que cambios sencillos para 5 comidas pueden ayudar a disminuir la exposición de sus bebés al arsénico, plomo y otros metales pesados tóxicos

	Comidas con mayor riesgo por exposición a metales pesados	Alternativas más seguras	Nivel de metales pesados tóxicos
Bocadillos	Bocadillos, barras o galletas de arroz reventado o inflado	Bocadillos sin arroz	93% menos
Comidas para la dentición	Galletas para dentición o bizcocho de arroz	Otras comidas calmantes para la dentición, bananas congeladas o pepino frío	91% menos
Cereales	Cereal de arroz infantil	Otros cereales infantiles incluyendo multigrano y avena	84% menos
Bebidas	Jugo de frutas	Agua de la llave	66% menos
Frutas y vegetales	Zanahorias y camotes (boniatos)	Variedad: una variedad de frutas y vegetales que incluya zanahorias, camotes (boniatos) y otras opciones	Hasta 73% menos

Fuente: Análisis por HBBF de 168 comidas para bebés por Brooks Applied Labs, Bothell Washington y datos de la canasta de mercado del FDA, 2014-2017. Las reducciones de exposición consideran los niveles promedios de metales pesados en cada comida (arsénico inorgánico, plomo, cadmio, mercurio) con excepción para cereal, que solo considera arsénico inorgánico.

de frutas y vegetales. La forma en que se procesa la comida también puede afectar los niveles. Las normas orgánicas no abordan estos contaminantes y las comidas fuera de la sección de comida para bebés están igualmente afectadas.

QUINCE COMIDAS SON RESPONSABLES POR MÁS DE LA MITAD DEL RIESGO. LAS COMIDAS BASADAS EN ARROZ ENCABEZAN LA LISTA.

Nuestra investigación confirma la amplia presencia de metales pesados tóxicos en comida para bebés demostrada en estudios previos, el casi nulo control legal o existencia de recomendaciones sobre lo permisible y la presencia común de arsénico y plomo por encima de los niveles recomendados para proteger la salud de los niños (Tabla 1, página 12).

Aunque muchas comidas son contaminadas, solo unas pocas sobresalen: 15 comidas consumidas por niños menores a 2 años de edad representan 55 por ciento del riesgo para los cerebros de los bebés, según el nuevo estudio encargado por la HBBF y detallado en este informe (ver la sección Resultados y el Anexo E). Estas incluyen jugos de manzana y uva, cereal de anillos de avena, macarrones con queso, Bocado inflados y otras 10 comidas.

Pero encabezando la lista están las comidas basadas en arroz: cereal de arroz infantil, platos con arroz y bocados de arroz. Estas comidas populares para bebés no solo son altas en arsénico inorgánico, la forma más tóxica de arsénico, sino también son casi siempre contaminadas con todos los cuatro metales tóxicos. El nuevo estudio, realizado por la nacionalmente reconocida empresa de toxicología e investigación económica Abt Associates, estima que el plomo y el arsénico en comidas hechas a base de arroz representan un quinto de los más de once millones de puntos del coeficiente intelectual que pierden los niños desde el nacimiento hasta los 24 meses de edad, como resultado de todas las fuentes dietéticas. Este riesgo concentrado resalta la necesidad crítica de acción rápida por parte de la FDA y las empresas fabricantes de comida para bebés para disminuir de forma radical los niveles de arsénico en comidas basadas en arroz.

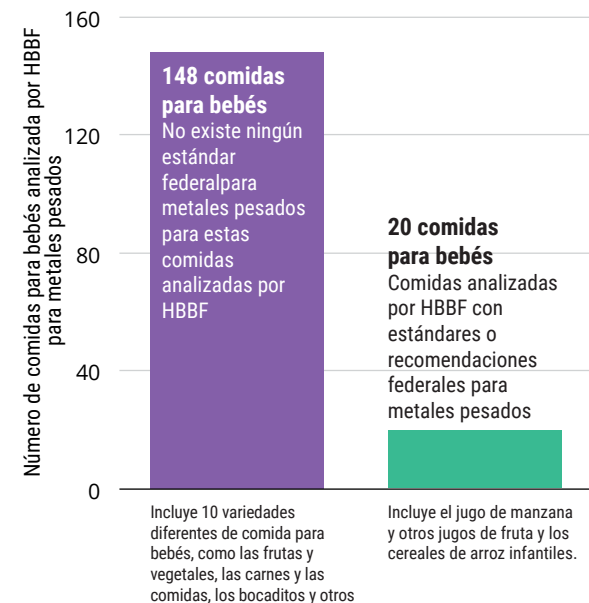
LOS PADRES, EMPRESAS FABRICANTES DE COMIDAS PARA BEBÉS, AGRICULTORES Y LA FDA: TODOS TIENEN SU PAPEL EN REDUCIR LA EXPOSICIÓN DE LOS BEBÉS.

Con la ausencia de un control legal o recomendaciones del gobierno federal, varias empresas fabricantes de comida para bebés están fijando sus propios estándares. Al ritmo que estas iniciativas avanzan, la comida envasada para bebés puede ser más probable que tenga menores niveles de metales pesados que la comida preparada en casa.

Nuestros resultados causan preocupación, pero en el espectro desde la preocupación hasta la acción, los padres pueden escoger actuar. Aunque ningún nivel de metales pesados se considera seguro, menos es mejor, y los padres pueden limitar la exposición de sus bebés dándoles de comer una variedad de comidas y siguiendo los cinco consejos de comidas más seguras que se detallaron anteriormente.

Muchos factores pueden tener un impacto en el coeficiente intelectual de un niño, desde la nutrición y genética hasta las toxinas ambientales como los metales pesados (p.ej., Makharia 2016). Muchas fuentes contribuyen a la exposición de niños a metales pesados, desde el agua potable y los juguetes viejos de plástico hasta el plomo en el polvo de la pintura descascarada y la tierra contaminada que entra en las casas por medio de nuestros zapatos. Pero entre estos factores y fuentes, los metales pesados en la comida constituyen un problema significativo y posible de resolver. El gobierno, las empresas y los padres podemos actuar—y, en muchos casos, ya están actuando—para disminuir de forma medible los niveles en las comidas y reducir la exposición de los bebés.

88 por ciento de las comidas para bebés analizadas no tienen controles legales federales sobre los niveles de arsénico, plomo u otros metales pesados.



RECOMENDACIONES

Empresas fabricantes de comida para bebés

Nuestra investigación muestra que las empresas fabricantes de comida para bebés necesitan tomar medidas adicionales para reducir los metales pesados en sus productos. Estas medidas son especialmente importantes para las comidas con los mayores riesgos para el desarrollo de los bebés, encabezadas por las que contienen arsénico en el arroz, según el nuevo análisis de la pérdida de coeficiente intelectual debido al plomo y el arsénico en comida para bebés que se detalla en este estudio.

Para reducir los niveles de arsénico, las soluciones sugeridas por la FDA y otros expertos incluyen usar arroz de cultivos con menores niveles de arsénico en el suelo, cultivarlo con aditivos naturales para el suelo que reduzcan la adsorción de arsénico por parte de las raíces, cultivar variedades de arroz menos propensas a adsorber arsénico, cambiar las prácticas de riego, preparar arroz con agua excedente que se bota



cuando el arroz está medio cocinado y mezclar el arroz con otros granos con menor contenido de arsénico en productos multigrano.

No encontramos evidencia para sugerir que ninguna marca de comida ha reducido los niveles de metales pesados en el arroz a niveles comparables con los de otros granos, a pesar de por lo menos 10 años de atención pública significativa sobre el problema que han incluido amplios avisos a consumidores y una propuesta de nivel de acción federal (Consumer Reports 2012 and 2014, HBBF 2017, FDA 2016). Cuatro de los siete cereales de arroz infantiles analizados en este estudio mostraron en su contenido arsénico inorgánico en niveles que excedieron el nivel de acción de la FDA.

FDA

La FDA debe establecer estándares para metales pesados que protejan la salud de los consumidores, priorizando las comidas que ofrecen mayor oportunidad de reducir la exposición, considerando los efectos acumulativos de los múltiples metales encontrados en las comidas, y protegiendo de forma explícita contra los impactos en el neurodesarrollo.

La FDA debe implementar un programa proactivo de análisis de metales pesados en alimentos para bebés y niños jóvenes, siguiendo el ejemplo de análisis de juguetes para niños que implementó la Comisión de Seguridad de Productos para Consumidores (CPSC 2019).

Debido a que el arsénico inorgánico es uno de las mayores fuentes de riesgo para el desarrollo neural de niños, la FDA debe actuar inmediatamente para establecer un límite para este químico en cereales de arroz infantiles y otras comidas basadas en arroz para proteger la salud. Cuando se fijó la propuesta del nivel de acción en el 2016, la agencia no consideró la pérdida del coeficiente intelectual u otras formas de impacto neurológico, posibilitando riesgos para el cáncer muy por fuera de los límites de protección, y no consideró a los niños que tienen exposiciones inusualmente altas al arsénico en arroz (HBBF 2016). Una acción rápida por parte de la FDA para establecer el nivel de protección protegerá a los niños contra los altos niveles del arsénico en el arroz.



Padres

La HBBF anima a los padres a seguir nuestros consejos sencillos para cinco comidas para disminuir la exposición de niños a metales pesados tóxicos, detallados en el Resumen Ejecutivo y en el informe en la sección “¿Qué pueden hacer los padres?”. Las opciones más seguras detalladas contienen en promedio 80 por ciento menos arsénico, plomo y otros metales pesados tóxicos que las comidas más contaminadas.

RECONOCIMIENTOS

Autoras: Jane Houlihan, MSCE, Directora de Investigación, y Charlotte Brody, RN, Directora Nacional, Healthy Babies Bright Futures

Healthy Babies Bright Futures (HBBF) agradece a las siguientes personas y organizaciones por su apoyo:

Una red de grupos y personas alrededor del país hizo posible este estudio, comprando cereales en sus tiendas locales: Ecology Center, Clean and Healthy New York, Getting Ready for Baby, Alaska Community Action on Toxics, Texas Environmental Justice Advocacy Services (T.E.J.A.S.), Campaign for Healthier Solutions, Organizacion en California de Lideres Campesinas, Inc., Coming Clean, y Learning Disabilities Association of America.

Estamos agradecidos por el consejo y las revisiones que dieron Tom Neltner, Environmental Defense Fund; Maricel Maffini, consultor independiente; Dra. Margaret Karagas, Dartmouth; y Dr. Bruce Lanphear, Simon Fraser University.

Este estudio fue posible gracias al apoyo financiero de la The Leon Lowenstein Foundation y The John Merck Fund.

Las opiniones expresadas en este informe son las de HBBF y no necesariamente reflejan las opiniones de las personas que apoyaron y revisaron el documento. HBBF es responsable por cualquier error de hecho o interpretación que contenga este informe.

Diseño de Informe: Winking Fish • Traducción: Samuel Schlesinger

© Octubre 2019 por Healthy Babies Bright Futures and Virginia Organizing. Todos los derechos reservados.



Healthy Babies Bright Futures (HBBF) es una alianza de científicos, organizaciones sin fines de lucro y donadores trabajando para crear y apoyar iniciativas que reduzcan de forma mensurable exposiciones a químicas neurotóxicas durante los primeros mil días de desarrollo.

Nuestros esfuerzos son inspirados y basados en ciencia y datos, y diseñados para ayudar a restaurar la oportunidad para una vida plena para niños que de otra forma se enfrentan a exposiciones a sustancias químicas tóxicas reductoras del cerebro en el útero.

Conozca más en hbbf.org