

## **El uso de la miel en bebés menores de un año... ¿sí o no?**

La miel es muy peligrosa para los bebés menores de 1 año. Es muy común en nuestra comunidad endulzar el chupete de los bebés con miel de abeja antes de acostarlos a dormir o para calmarlos cuando lloran.

Independientemente de su posible interferencia con la lactancia (el único alimento que necesita el bebé hasta el sexto mes es la leche materna) y del riesgo que esto implica para la salud de los dientes, la miel es muy peligrosa para los menores de 1 año. Esto se debe a que tanto la miel de caña, como la de abeja, pueden contener esporas de *Clostridium botulinum* (una bacteria) que producen neurotóxica en el intestino, aún inmaduro, del lactante. Una pequeña cantidad suele ser en extremo peligrosa.

Por este motivo, no se debe dar a los niños menores de 1 año miel de abeja ni de caña, ni alimentos endulzados con ellas, ni aún en muy pequeñas cantidades. Los síntomas de botulismo en los lactantes son:

- desgano,
- falta de apetito,
- constipación,
- llanto débil, y
- debilidad muscular.

Todos estos síntomas se deben a la parálisis muscular provocada por la toxina botulínica. Si no es tratada, se produce parálisis en los brazos, piernas y músculos respiratorios.

La miel puede ofrecerse a niños mayores de un año. Ante cualquier duda, consultá en el centro de salud más cercano.

### **Fuente**

**Sociedad Argentina de Pediatría**