

O que é composto lácteo?

Saiba como é a sua composição e qual é a sua importância na alimentação e nutrição infantil



Tempo de Leitura: 2 minuto(s) | Data: 08/09/2022

O composto lácteo é um produto composto por leite (pelo menos 51%) e pode ser adicionado de vários outros ingredientes. Entenda sua composição e importância para nutrição infantil, quando o aleitamento materno não é possível.

De acordo com Ministério da Saúde, o leite materno deve ser o único alimento ofertado nos seis primeiros meses de vida da criança. É recomendado até os 2 (dois) anos ou mais e previne infecções e alergias.¹

Quando o aleitamento materno não é possível, faz-se necessário utilizar seus substitutos, como o composto lácteo. Esta troca pode ser parcial ou total. Especialmente no primeiro ano de vida, fase de crescimento acelerado, que é necessário grande quantidade de proteínas de alto valor biológico e cálcio, deve-se fornecer a nutrição adequada.^{2,3}

O que é composto lácteo?

Composto lácteo é um produto em pó, onde o leite predomina e pode ser adicionado de outros ingredientes. Diversos nutrientes são importantes para a infância e podem ser encontrados em um composto lácteo. Veja a seguir como pode ser a composição do produto.

Composição de um composto lácteo

De acordo com a legislação, o composto lácteo deve ter em sua composição, pelo menos, 51% de lácteos. Sua formulação é basicamente: leite de vaca desnatado em pó, resultante da mistura de produtos e substâncias alimentícias lácteas e/ou não-lácteas. Alguns exemplos de ingredientes que podem ser utilizados são: óleos vegetais, açúcares, vitaminas, minerais, gorduras essenciais e outras substâncias com potencial nutricional como, fibras e probióticos. ^{4,5}

Quando usar o composto lácteo?

O composto lácteo é, geralmente, consumido no lugar do leite de vaca para crianças de um a três anos. Na prática clínica, pode ser uma opção para melhorar a quantidade e a qualidade dos nutrientes ingeridos para manter as funções metabólicas e o crescimento físico das crianças, complementando uma alimentação saudável. ^{1,4}