

Introducción Temprana del Azúcar en la Infancia y su Asociación con el Desarrollo de Enfermedades Crónicas: Una Revisión de la Literatura

Introdução precoce de açúcar na infância e sua associação com o desenvolvimento de doenças crônicas: uma revisão de literatura

Early Introduction of Sugar in Childhood and Its Association with the Development of Chronic Diseases: A Literature Review

Vanessa Silva Rodrigues – Faculdade Ages
Juliana Malinovski, Orientadora
Káren Arielle Carvalho Barreto, Co-orientadora

Resumen:

La alimentación complementaria constituye un período fundamental para la formación de los hábitos alimentarios, correspondiendo a la etapa en la que los niños comienzan a tener contacto con diferentes sabores, texturas y tipos de alimentos, generalmente a partir de los seis meses de edad. Sin embargo, la introducción temprana de azúcares y productos ultraprocesados puede favorecer la formación de patrones alimentarios inadecuados, contribuyendo a una mayor aceptación de alimentos con bajo valor nutricional y al rechazo de alimentos naturales. Este escenario puede aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, como el sobrepeso y la obesidad infantil. Según la Organización Mundial de la Salud, aproximadamente el 7% de los niños menores de cinco años presentan sobrepeso y el 3% ya padecen obesidad. Objetivo: Analizar los factores asociados a la introducción temprana del azúcar en la alimentación durante los dos primeros años de vida, así como sus impactos en el desarrollo de enfermedades crónicas. Metodología: Se trata de una revisión de la literatura. Se incluyeron artículos publicados entre 2022 y 2026 que abordaran la introducción temprana del azúcar en la alimentación infantil y los riesgos para el desarrollo de enfermedades crónicas. La búsqueda se realizó en las bases de datos National Library of Medicine (PubMed) y Scientific Electronic Library Online (SciELO). Resultados y discusión: Los estudios analizados demostraron que la introducción temprana del azúcar en la alimentación infantil sigue siendo frecuente, principalmente mediante el consumo de bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados. Se evidenció una asociación entre el consumo excesivo de azúcares en los primeros años de vida y el exceso de peso, la obesidad infantil y el desarrollo de enfermedades crónicas. Además, se observó que esta exposición temprana contribuía a la formación de hábitos alimentarios inadecuados. Conclusión: Los estudios analizados mostraron que el consumo de bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados puede causar perjuicios a la salud, como un mayor riesgo de exceso de peso y desarrollo de enfermedades crónicas. Por lo tanto, se destaca la importancia de fortalecer las políticas públicas y las acciones dirigidas a la promoción de una alimentación saludable en la infancia.

Palabras clave:

Alimentación infantil; Niños; Enfermedades crónicas; Azúcar; Alimentos ultraprocesados.

Resumo:

Introdução: A introdução alimentar configura-se como um período fundamental para a formação dos hábitos alimentares, correspondendo a fase em que crianças passam a ter contato com diferentes sabores, texturas, e tipos de alimentos, geralmente a partir dos seis meses de idade. Entretanto, a oferta precoce de açúcares e produtos ultraprocessados pode favorecer a formação de padrões alimentares inadequados, contribuindo para uma maior aceitação de alimentos com baixo valor nutricional e uma rejeição de alimentos in natura. Esse cenário pode

acarretar aumento do risco para os desenvolvimentos de doenças crônicas, como sobrepeso e obesidade infantil. De acordo com organização Mundial da Saúde, cerca de 7% das crianças menores de cinco anos estar com sobrepeso e 3% já possuem obesidade. Objetivo: Analisar, os fatores associados à introdução precoce de açúcar na alimentação nos primeiros dois anos de vida, bem como seus impactos no desenvolvimento de doenças crônicas. Metodologia: Trata-se de uma revisão de literatura. Foram incluídos artigos publicados em 2022 e 2026, que abordassem a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil e os riscos para desenvolvimento de doenças crônicas. A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados National Library of Medicine (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Resultados e Discussões: Os estudos analisados demonstraram que a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil permanece frequentemente, principalmente por meio de consumo de bebidas açucaradas e alimentos ultraprocessados. Evidenciando associação entre o consumo excessivo de açúcares nos primeiros anos de vida e o excesso de peso, obesidade infantil, e desenvolvimento de doenças crônicas. Além disso, observou-se que essa exposição precoce contribuía para a formação de hábitos alimentares inadequados. Conclusão: Os estudos analisados mostraram que o consumo de bebidas açucaradas e alimentos ultraprocessados pode causar prejuízos a saúde, como maiores riscos de excesso de peso e desenvolvimento de doenças crônicas. Dessa forma destaca-se a importância de fortalecer políticas públicas e ações voltadas a promoção da alimentação saudável na infância.

Palavras-chave:

Alimentação infantil; Crianças; Doenças crônicas; Açúcar; Alimentos ultraprocessados.

Abstract:

Introduction: Complementary feeding is a fundamental period for the formation of eating habits, corresponding to the stage when children begin to be exposed to different flavors, textures, and types of foods, usually from six months of age onward. However, the early introduction of sugars and ultra-processed foods may promote the development of inadequate dietary patterns, contributing to a greater acceptance of foods with low nutritional value and the rejection of natural foods. This scenario may increase the risk of developing chronic diseases, such as overweight and childhood obesity. According to the World Health Organization (WHO), approximately 7% of children under five years of age are overweight, and 3% are already living with obesity. Objective: To analyze the factors associated with the early introduction of sugar into the diet during the first two years of life, as well as its impact on the development of chronic diseases. Methodology: This study is a literature review. Articles published between 2022 and 2026 that addressed the early introduction of sugar in infant feeding and its risks for the development of chronic diseases were included. The search was conducted in the databases National Library of Medicine (PubMed) and Scientific Electronic Library Online (SciELO). Results and Discussion: The analyzed studies demonstrated that the early introduction of sugar into infant feeding remains frequent, mainly through the consumption of sugar-sweetened beverages and ultra-processed foods. Evidence showed an association between excessive sugar intake during the first years of life and overweight, childhood obesity, and the development of chronic diseases. Furthermore, early exposure to sugar contributed to the establishment of unhealthy eating habits. Conclusion: The analyzed studies showed that the consumption of sugar-sweetened beverages and ultra-processed foods can negatively affect health, increasing the risk of overweight and the development of chronic diseases. Therefore, it is essential to strengthen public policies and actions aimed at promoting healthy eating during childhood.

Keywords:

Infant feeding; Children; Chronic diseases; Sugar; Ultra-processed foods.

INTRODUCCIÓN

Según Rossi y Poltronieri (2024), En el libro "Tratado sobre nutrición y dietoterapia", se afirma que la nutrición en los primeros años de vida influye directamente en el desarrollo del potencial humano, y que su deficiencia puede provocar trastornos nutricionales con repercusiones duraderas. En este sentido, adoptar hábitos alimenticios adecuados desde la infancia es fundamental para promover la salud y prevenir enfermedades a lo largo de la vida (Rossi; Poltronieri, 2024).

En este contexto, la introducción de alimentos sólidos es un hito esencial en la formación de los hábitos alimentarios, que corresponde al período en el que el niño comienza a tener contacto con diferentes sabores, texturas y tipos de alimentos, generalmente a partir de los seis meses de edad (BRASIL, 2019). El Ministerio de Salud, a través del documento Guía Alimentaria para Niños Menores de 2 Años (2019), destaca que esta fase es crucial para el desarrollo del comportamiento alimentario, influyendo en las preferencias y elecciones futuras.

Según las Guías Alimentarias para Niños Menores de 2 Años (2019), la introducción temprana de alimentos con alto contenido de azúcar y productos ultraprocesados puede promover el desarrollo de patrones alimentarios inadecuados, caracterizados por una mayor aceptación de alimentos con bajo valor nutricional y el rechazo de alimentos *integrales*, como frutas, verduras y legumbres. Este escenario se asocia con un mayor riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT), que constituyen un grupo de enfermedades permanentes caracterizadas por causar discapacidad en los individuos y promover cambios patológicos, que requieren un largo período de seguimiento y rehabilitación (BRAZIL, 2022). Entre estas enfermedades, destacan la obesidad, la diabetes mellitus tipo 2 (DM2) y las enfermedades cardiovasculares, lo que refuerza la relevancia de las estrategias dirigidas a promover una alimentación saludable desde los primeros años de vida (BRAZIL, 2019).

La fase correspondiente a los dos primeros años de vida, dentro del período de la primera infancia, constituye un momento crítico para el crecimiento y desarrollo infantil, y también es crucial para la formación del gusto y los hábitos alimenticios (BRASIL, 2019). En este contexto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define al lactante como un niño menor de dos años alimentado exclusivamente o complementado con leche materna (Rossi; Poltronieri, 2024).

Según las Guías Alimentarias para Niños Brasileños Menores de 2 Años (2019), un documento que orienta sobre prácticas alimentarias adecuadas en la primera infancia, se sugiere que Ofrecer alimentos saludables desde la infancia aumenta la probabilidad de que el niño sea más consciente y autónomo en lo que respecta a sus elecciones alimentarias a lo largo de su vida.

Un estudio realizado por Silva y Santana (2024) analizó los indicadores de consumo de alimentos en niños de 6 a 24 meses de edad . Un estudio realizado a través del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN) en el municipio de Palmas, Tocantins, con una muestra de 1118 niños, reveló una alta frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados (33,29 %), bebidas azucaradas (27,17 %), fideos instantáneos y galletas saladas (20,21 %), así como dulces (18,25 %). Estos hallazgos indican que las recomendaciones del Ministerio de Salud, que aconsejan no ofrecer azúcares a este grupo de edad, aún no se siguen ampliamente (BRASIL, 2019).

A nivel mundial, los datos del Estudio Nacional de Alimentación y Nutrición Infantil (ENANI) indican una tendencia creciente en las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT), con aproximadamente el 7% de los niños menores de cinco años con sobrepeso y el 3% ya obesos, lo que refuerza la magnitud del problema y la necesidad de intervenciones tempranas (BRASIL, 2022).

La introducción temprana del azúcar en la dieta de los niños se produce principalmente a través del consumo de alimentos ultraprocesados y el ofrecimiento de bebidas azucaradas, que se introducen con frecuencia en los primeros años de vida debido a su conveniencia y alta aceptación sensorial. Además, las prácticas familiares y culturales, como ofrecer dulces como recompensa o premio, contribuyen a este proceso (BRAZIL, 2019). Esta exposición temprana favorece la formación de preferencias por los sabores dulces, lo que puede derivar en una menor aceptación de alimentos *integrales* y la adopción de patrones alimentarios inadecuados, aumentando así el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles a lo largo de la vida (BRAZIL, 2019).

A pesar de las recomendaciones de la OMS sobre la reducción del consumo de azúcares libres en niños menores de dos años, La introducción temprana de azúcar en la dieta infantil persiste como una práctica recurrente, lo que subraya la necesidad de investigar más a fondo sus efectos en la salud (BRASIL, 2019). En este contexto, la evidencia científica demuestra que el consumo de alimentos ultraprocesados se asocia con el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles, como la diabetes mellitus tipo 2, la obesidad y las enfermedades cardiovasculares (Louzada, M. et al., 2021).

Según el documento Estrategias Nacionales para la Prevención y Atención de la Obesidad Infantil - Protect, publicado por el Ministerio de Salud (2022), en 2020, entre los niños monitoreados en Atención Primaria de Salud (APS), el 15,9% de los niños menores de 5 años y el 31,8% de los niños de 5 a 9 años tenían sobrepeso, lo que contribuye a sobrecargar el sistema de salud, con gastos que alcanzaron los R\$ 3.450 millones en 2018, con un 11% asignado al tratamiento de la obesidad.

Ante este problema, se destaca la importancia del análisis desde una perspectiva de salud pública, ya que la introducción temprana de azúcar en la infancia se asocia con un aumento de enfermedades crónicas no transmisibles, como la obesidad, la diabetes y la hipertensión, que impactan directamente en la salud de la población (BRASIL, 2019).

El rol del nutricionista es fundamental a través de acciones de educación alimentaria y nutricional, orientación a familias y cuidadores, fomento de la lactancia materna y la introducción adecuada de alimentos, además de promover estrategias que reduzcan el consumo de alimentos ultraprocesados, contribuyendo a la prevención de problemas de salud y a la formación de hábitos alimenticios saludables a lo largo de la vida (BRASIL, 2021).

Dada esta realidad, el presente estudio tiene como objetivo analizar, Según la evidencia disponible en la literatura, los factores asociados con la introducción temprana de azúcar en la dieta durante los dos primeros años de vida son: la vida, así como sus repercusiones en el desarrollo de enfermedades crónicas.

METODOLOGÍA

Este estudio consiste en una revisión bibliográfica integradora, de carácter descriptivo-exploratorio. Su objetivo es responder a la siguiente pregunta orientadora: "¿Cómo puede la introducción temprana de azúcar en la dieta de los lactantes, especialmente durante los dos primeros años de vida, influir en..." ¿En el desarrollo de enfermedades crónicas a lo largo de la vida?

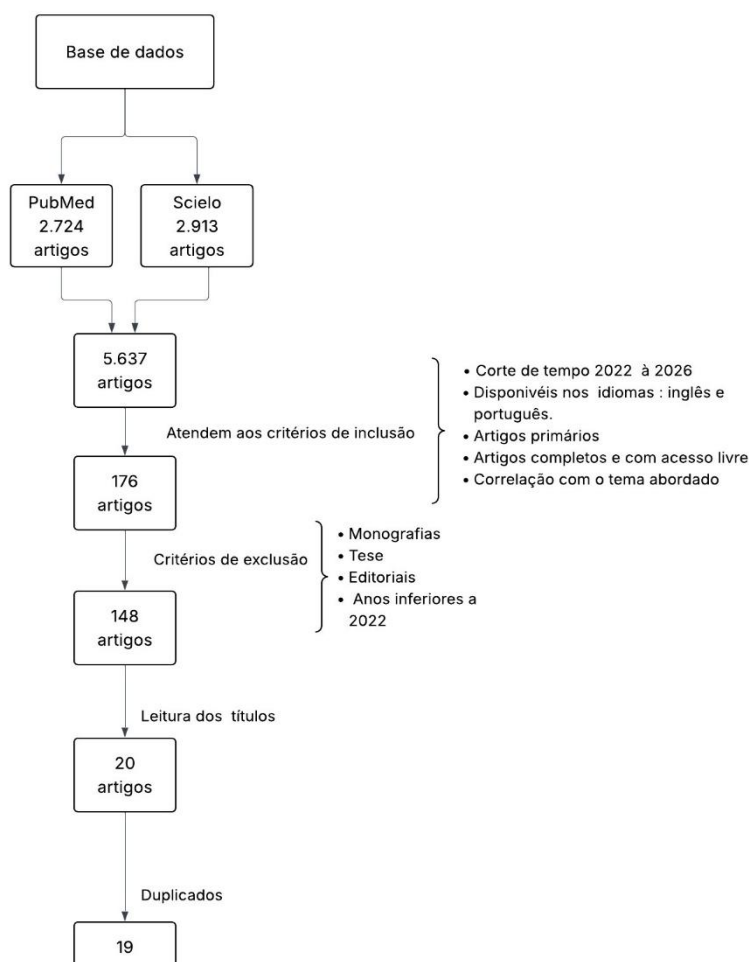
La búsqueda bibliográfica se realizó en las siguientes bases de datos: Biblioteca Nacional de Medicina (PubMed) y Scientific El proceso de búsqueda se construyó utilizando términos relacionados con la nutrición infantil, el consumo de azúcar, los alimentos ultraprocesados y las enfermedades crónicas, combinados mediante operadores booleanos (AND, OR). Se utilizaron los siguientes términos en inglés : Infant Alimentación ; Niños ; Azúcar; Ultraprocesados Alimentos y enfermedades crónicas Enfermedades .

Se incluyeron estudios primarios publicados entre 2022 y 2026, disponibles en portugués, inglés o español, que abordaran la introducción temprana del azúcar en la infancia y su asociación con el desarrollo de enfermedades crónicas, especialmente en el contexto de la salud pública. Se excluyeron los estudios duplicados, las monografías, las revisiones bibliográficas, los editoriales, las opiniones, las disertaciones, los resúmenes de eventos, así como aquellos que no presentaran una relación con la introducción temprana del azúcar en la dieta infantil, sus impactos en la salud o su asociación con el desarrollo de enfermedades crónicas.

La recopilación de datos se realizó de forma secuencial. Inicialmente, se buscaron estudios en las bases de datos seleccionadas utilizando los descriptores definidos. A continuación, se leyeron los títulos y resúmenes para seleccionar los artículos que cumplieran los criterios de inclusión. Finalmente, se leyeron los textos completos, lo que permitió identificar la evidencia clave sobre la introducción temprana de azúcar en la dieta infantil y los riesgos para el desarrollo de enfermedades crónicas.

Figura 1 - Diagrama de flujo de la selección de artículos elegidos para la presente investigación.

INTRODUÇÃO PRECOCE DO AÇÚCAR NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL E RISCO
PARA O DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS:
UMA REVISÃO DE LITERATURA



Fuente: Desarrollado por los autores en 2026.

La Tabla 1, descrita a continuación, recopila los resultados más relevantes de cada artículo científico seleccionado en la investigación, así como los autores, el tipo de estudio, el año de publicación, la ubicación del estudio, la muestra, los objetivos, la metodología y los resultados. Los 6 artículos son estudios primarios, publicados en revistas nacionales e internacionales, y realizados en Brasil, Australia, Francia, China y Estados Unidos.

De los artículos seleccionados, todos fueron publicados en inglés.

Tabla 1. Resumen de los artículos analizados para la revisión.

Artículos	Autor, año de publicación , lugar de estudio	Delineamiento , tipo de estudio y N	Objetivos del estudio	Metodología	Principales conclusiones
1	Barratto , P. y otros ; 2025 Puerto Feliz	Estudio de cohorte anidado en un ensayo de campo aleatorio. Realizado en centros de salud Primario; N= 715 parejas de madres niños	Identifica el período Crítico con el aumento excesivo de peso en la infancia y los patrones alimentarios asociados a él.	Estudio de hacer un seguimiento de parejas de madres Niños desde la gestación hasta los 6 años de edad. La recopilación de datos se realizó a los 6, 12 meses, 3 y 6 años, a través de entrevistas y evaluaciones de patrones Pautas alimentarias y estado nutricional. La muestra incluye 715 mujeres embarazadas y sus hijos, atendidos en centros de atención primaria de salud.	El estudio identificó que el alto consumo de alimentos ultra-procesados están relacionados con un mayor sobrepeso y obesidad, una situación que se agrava por el aumento excesivo de peso entre los 6 y los 12 meses de edad, asociado al uso de biberones, zumos y bebidas azucaradas.



2	Franco, T. y otros . 2024 Municipio de San Pablo.	Estudio observacional retrospectivo . N = 31 niños menores de 2 años con dificultades para alimentarse.	Describe la ingesta de alimentos que contienen azúcar para niños menores de 2 años con dificultades alimentarias.	El estudio se realizó en el Centro de Excelencia en Nutrición y Dificultades Trastornos nutricionales en niños de 12 a 24 meses de edad. Para la recopilación de datos se utilizó lo siguiente: Inventario La Escala de Ingesta de Alimentos (FI, por sus siglas en inglés) es un instrumento de uso clínico para evaluar los patrones de consumo de alimentos de los niños, incluidos los alimentos que aceptan, rechazan y los que no aceptan.	El estudio reveló un consumo temprano de azúcar en niños menores de 2 años, ya que el 77,4% ya había consumido azúcar. comida o Bebidas azucaradas, con predominio de productos como galletas, brownies, pasteles y tartas, lo que indica una dieta baja en calorías. calidad nutricional.
				cuáles no Demuestran preferencias.	

3	<p>Kay, M. y <i>Alabama</i></p> <p>2023</p> <p>Estados Unido</p>	<p>Estudio de cohorte longitudinal; realizada en 4 clínicas residenciales pediátrico atención primario;</p> <p>N = 406 niños de entre 2 y 24 meses de edad.</p>	<p>Evaluar si la ingesta de 100% antes de los 6 meses de edad se asocia con un mayor consumo de jugos y bebidas azucaradas a los 24 meses y si esto sucede porque factores socio-demográficos africanos .</p>	<p>Estudio longitudinal basado en datos del grupo de control del programa. Luz verde . El cuestionarios fueron administrados por asistentes de investigación, en inglés o español, ya sea en persona en la clínica o por teléfono. Los criterios de inclusión considerados... participantes Registrados en el programa y con datos completos sobre el consumo de zumos de frutas, 100% en los controles de los 2, 4, 6 y 24 meses.</p>	<p>Los niños expuestos al jugo a una edad temprana mostraron una mayor ingesta de esta bebida durante todo el período de seguimiento, lo que sugiere que esta introducción temprana contribuyó a sus preferencias alimentarias y... Bebidas azucaradas.</p>
4	<p>Backer, P. y <i>otros.</i></p> <p>2023</p> <p>Municipio de Porte Feliz.</p>	<p>Estudiar longitudinal, realizado en tres hospitales público;</p> <p>N = 400 parejas madre-hijo en el período posparto.</p>	<p>Impacto de introducción jugos tempranos en amamantamiento antes de los 6 meses de edad en parámetros antropométricos co y consumo de alimentos dulces y Bebidas azucaradas en niños en edad preescolar .</p>	<p>El estudio se realizó en dos partes: primero, mediante un cuestionario sobre el consumo de zumos; y segundo, mediante un cuestionario sobre información general materna, infantil y socioeconómica. También se midieron el peso y la estatura del niño.</p>	<p>Ofrecer zumos antes de los 6 meses de edad se asoció con un mayor consumo de bebidas y alimentos azucarados en la etapa preescolar, y esta exposición también alteró el consumo y las preferencias alimentarias futuras. Además, se observó un aumento en la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre la primera y la segunda fase del estudio, pasando del 5,8 % a [porcentaje faltante en el texto original]. 26,2%.</p>

5	Dharod , J. y otros. 2025	Estudio de investigación longitudinal, llevada a cabo en	Estimación diaria promedio de azúcar	Este estudio se llevó a cabo mediante la recopilación de datos a través de entrevistas.	La alta ingesta de azúcares añadidos en las fórmulas y
	Estados Unido	clínicas pediátricas. N= 234 participantes.	añadido a fórmulas infantiles y alimentos complementarios.	llamadas telefónicas durante las primeras 24 horas de vida y a los 6, 9 y 12 meses. incluyendo registros dietéticos de 24 horas (múltiples métodos) pasajes – NDRS). Fueron información socio-demográfica materna (edad, nivel educativo, ingresos, raza/etnia) y datos sobre el índice de masa corporal (IMC) materno. Se incluyeron lactantes mayores de 18 años y se excluyeron aquellos con afecciones que interferían con la alimentación.	alimentos complementarios, Se asoció con un mayor riesgo de sobrepeso en la primera infancia. Esta exposición influyó en los patrones alimentarios y en el riesgo de padecer enfermedades crónicas en el futuro.
6	Reis, R. y al. ; 2022 municipio del interior de São Paulo Pablo.	Estudiar transversal; N = 599 niños de entre 6 y 24 meses de edad.	Analizar el predominio del consumo de azúcar.	El estudio se realizó con personas que recibían atención en centros de salud de atención primaria durante las consultas de control pediátrico, y los datos se recopilaron mediante entrevistas. Los datos correspondían a niños en seguimiento. Estudio ambulatorio, con un análisis de la prevalencia del consumo de azúcar en la dieta infantil.	El estudio identificó un alto prevalencia del consumo de azúcar entre los niños evaluados, El 62,10% consumió bebidas azucaradas y el 42,23% consumió dulces o caramelos, con un consumo diario del 85,5%, asociado a Factores socioeconómicos, bajas ta-



					sas de lactancia materna y riesgos de obesidad.
--	--	--	--	--	---

Fuente: desarrollado por los autores, 2026

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los estudios seleccionados muestran diversidad en los enfoques empleados, incluyendo un ensayo aleatorizado, un estudio observacional, tres estudios longitudinales y un estudio transversal, lo que contribuye a un análisis más completo de la introducción temprana del azúcar y sus posibles repercusiones en el desarrollo de enfermedades crónicas. Según la investigación analizada, se observa un patrón consistente de introducción temprana de azúcares y alimentos ultraprocesados en la dieta infantil, asociado con impactos negativos en los hábitos alimentarios y el estado nutricional a lo largo de la infancia.

El estudio de Franco, T. *et al.* (2024), realizado en São Paulo con 31 niños menores de dos años que asistían a un centro de referencia, mostró una alta prevalencia de consumo precoz de alimentos y bebidas azucaradas. Los resultados indicaron que el 77,4% de los niños ya había consumido estos alimentos, lo que demuestra una exposición temprana al azúcar. Este hallazgo cobra aún mayor relevancia al considerar que los niños evaluados presentaban dificultades para alimentarse, lo que favorece una preferencia por alimentos de más fácil aceptación, especialmente aquellos ricos en azúcares.

Resultados similares se encontraron en el estudio de Reis, R. *et al.* (2022), realizado en un municipio del interior de São Paulo con 599 niños de 6 a 24 meses de edad, que mostró una alta frecuencia de consumo de azúcar entre los niños evaluados. Se encontró que el 62,23%

consumía bebidas azucaradas y el 43,23% ingería dulces y caramelos, y el 85,5% reportó un consumo diario de estos alimentos. Además, este patrón se asoció con factores socioeconómicos, menor duración de la lactancia materna y mayores riesgos de obesidad.

Este escenario se ve reforzado por Louzada, M. *et al.* (2021), en un estudio basado en investigaciones con niños, adolescentes y adultos, cuyo objetivo es analizar los impactos del consumo de alimentos ultraprocesados en la salud. Indican que el consumo frecuente de alimentos ultraprocesados contribuye a una disminución en la calidad de la dieta y al desarrollo de la obesidad. Si bien los hallazgos de este estudio presentan resultados similares y corroboran la evidencia encontrada en los artículos incluidos en esta revisión, no se seleccionó para la muestra final por tratarse de una revisión exploratoria y estar fuera del marco temporal establecido.

En este mismo contexto, el estudio realizado por Kay, M. *et al.* (2023), con 406 niños de 2 a 24 meses de edad en cuatro clínicas pediátricas, indicó que más del 80% de los niños consumían diariamente jugo de fruta natural endulzado con azúcar convencional, en cantidades que superaban con creces la cantidad recomendada. Además, esta introducción temprana se asoció con un mayor consumo del jugo con el tiempo. Los autores también demuestran, según los resultados, una preocupación respecto al consumo excesivo de estos jugos en la infancia, ya que puede reemplazar bebidas nutricionalmente más adecuadas como la leche materna, la fórmula infantil y el agua, además de contribuir a la formación temprana de preferencias por los sabores dulces.

En consonancia con estos hallazgos, la investigación realizada por Backer, P. *et al.* (2023), llevada a cabo con 400 parejas madre-hijo en tres hospitales públicos, demostró que la introducción temprana del azúcar se produjo principalmente a través de los zumos. Entre los participantes, el 96% recibió zumos naturales, el 17,3% zumos artificiales, el 5,3% zumos diluidos y el 2,7% zumos concentrados. La introducción del azúcar antes de los seis meses de edad se asoció con un mayor consumo de bebidas azucaradas y alimentos dulces en la edad preescolar. Además, se observó un aumento significativo en la prevalencia de sobrepeso y obesidad durante el período de seguimiento, pasando del 5,8% al 26,2%, lo que subraya el impacto negativo de la exposición temprana al azúcar en el estado nutricional de los niños.

Según una investigación realizada por Dharod *et al.* (2025), realizado en los Estados Unidos con 234 bebés de 6, 9 y 12 meses de edad, Se destacó la contribución de las fórmulas infantiles y los alimentos complementarios como fuentes importantes de azúcares añadidos en la dieta infantil durante el primer año de vida, lo que puede favorecer el desarrollo de problemas de salud. En consonancia con este hallazgo, el estudio de Huang, J. *et al.* (2018), realizado con

1093 lactantes de entre 3 y 12 meses de edad, demostró que el consumo de mayores volúmenes de fórmula infantil en los primeros meses de vida se asocia con un mayor peso corporal y un mayor riesgo de sobrepeso infantil. Si bien esta investigación no se incluyó en la presente revisión debido al período de tiempo establecido, sus resultados son consistentes con los hallazgos analizados, reforzando la relación entre una alimentación temprana inadecuada y un daño al estado nutricional del lactante.

Complementando estos hallazgos, la investigación realizada por Barratto *et al.* (2025), realizado en Porto Alegre con 715 madres y sus hijos, en los que se recopilaban datos mediante la evaluación de los patrones alimentarios y el estado nutricional. Los resultados indicaron que el alto consumo de alimentos ultraprocesados se asoció con un mayor sobrepeso y obesidad infantil, una situación que se vio agravada por un aumento excesivo de peso entre los 6 y los 12 meses de edad, un período en el que también se observó un mayor consumo de biberones, zumos y bebidas azucaradas.

Se observó que cinco de los seis estudios analizados (Barrato , P. *et al.*, 2025; Franco, T. *et al.*, 2024; Backer, P. *et al.*, 2023; Dharod , J. *et al.*, 2025; Reis, R. *et al.*, 2022) resaltan la necesidad de capacitación para profesionales de la salud y la implementación de políticas públicas dirigidas a reducir el consumo temprano de azúcar en la infancia. Estos hallazgos demuestran la importancia de las acciones de educación alimentaria y nutricional como estrategias para prevenir hábitos alimentarios inadecuados y futuras enfermedades.

CONCLUSIÓN

Con base en la evidencia presentada, se observa que la introducción temprana de azúcar en la dieta infantil sigue siendo frecuente, principalmente a través del consumo de bebidas azucaradas, jugos, fórmulas infantiles y alimentos ultraprocesados. Los estudios analizados demostraron una asociación entre esta práctica y la formación de hábitos alimentarios inadecuados, así como un mayor riesgo de sobrepeso, obesidad y otros problemas de salud durante la infancia.

Los resultados también mostraron que los factores socioeconómicos, junto con una menor duración de la lactancia materna y prácticas inadecuadas durante la introducción de alimentos sólidos, pueden favorecer la exposición temprana al azúcar. En este contexto, se destaca la importancia de fortalecer las políticas públicas que promueven una alimentación saludable y las iniciativas de educación nutricional, considerando su potencial para prevenir y promover mejores condiciones de salud desde los primeros años de vida.

Si bien los estudios analizados presentaron resultados convergentes, se observaron diferencias metodológicas relacionadas con las características de la muestra, los instrumentos de recolección de datos y los periodos de seguimiento, lo que podría influir en la comparación entre los resultados. Además, el reducido número de estudios seleccionados evidencia la necesidad de ampliar la investigación sobre este tema en diferentes contextos poblacionales.

La evidencia recopilada en esta revisión demuestra que la introducción temprana del azúcar representa un desafío significativo para la salud infantil. Por lo tanto, es fundamental ampliar la investigación sobre este tema y fortalecer las acciones que promueven hábitos alimenticios saludables desde la infancia, contribuyendo así a la prevención de problemas de salud y a una mejor calidad de vida.

REFERENCIAS

BARATTO, P. y otros. **Asociaciones entre para niños dietético patrones , excesivo peso ganancia y obesidad riesgo : cohorte estudiar anidado a un estudio aleatorio campo ensayo .**

Revista Paulista de Pediatría, vol. 43, pág. e2024117, 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2025/43/2024117>. Consultado el 6 de marzo de 2026.

BECKER, P. et al. **¿Puede la introducción temprana de zumos influir en los resultados antropométricos y el consumo de alimentos en niños preescolares?** Ciência & Saúde

Coletiva, vol. 28, n.º 1, págs. 269–280, enero de 2023. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1413-81232023281.09992022>. Consultado el 21 de marzo de 2026.

BRASIL. Ministerio de Salud. Secretaría de Atención Primaria de Salud. Departamento de Promoción de la Salud. **Guía alimentaria para niños brasileños menores de 2 años.**

Brasília: Ministerio de Salud, 2019. Disponible en: www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-alimentar-melhor/Documentos/pdf/guia-alimentar-para-criancas-brasileiras-menores-de-2-anos.pdf. Consultado el: 28 de mayo de 2026 .

BRASIL . Ministerio de Salud . ¿ Cuál es la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y el riesgo de mortalidad ? Portal del Ministerio de Salud , 2022. Disponible en : <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-alimentar-melhor/noticias/2022/qual-e-a-relacao-entre-consumo-de-ultraprocessados-e-risco-de-mortalidade> . Consultado el 28 de mayo de 2026 .

BRASIL. Ministerio de Salud. PROTECT: **Estrategia Nacional para la Prevención y Atención a la obesidad infantil** : Directrices técnicas: Versión preliminar. Brasília, DF: Ministerio de Salud, 2022. Disponible en:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvpublicacoes/proteja_estrategia_nacional_obesidade_infantil.pdf . Consultado el: 20 de mayo de 2026 .

BRASIL . Ministerio de Salud. La obesidad infantil es un **factor de riesgo** para enfermedades respiratorias , colesterol alto , diabetes e hipertensión . Brasília , DF : Ministerio de Salud , 2022. Disponible en : <https://www.gov.br/saude/pt->



br/assuntos/noticias/2022/junho/obesidade-infantil-e-fator-de-risco-para-doencas-respiratorias-colesterol-alto-diabetes-e-hipertensao ? Consultado el 30 de mayo de 2026.

DHAROD, J. y col. **Ingesta de azúcar añadido de niño fórmula y complementario alimentos : una investigación longitudinal y implicaciones para el bebé peso ganancia .** La revista de Nutrición , vol. 155, n.º 6, págs. 1870-1877, 2025. DOI: 10.1016/j.tjnut.2025.03.025. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40157576/> . Consultado el: 22 de abril de 2026.

FRANCO, T. et al. **Ingesta de azúcar en niños con dificultades de alimentación menores de 2 años: un estudio en un centro de referencia brasileño.** Semina : Ciencias Biológicas y de la Salud, Londrina, vol. 45, n.º 1, págs. 81-90, 2024. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/382237452> . Consultado: 30 de abril de 2026.

HUANG, J. et al. **Alimentación temprana de mayores volúmenes de fórmula leche es asociado con mayor peso corporal o Sobrepeso en la infancia tardía .** Nutrición Revista , Londres, vol. 17, n.º 1, pág. 12, 2018. DOI: 10.1186/s12937-018-0322-5. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29368651/> . Consultado el 10 de abril de 2026.

KAY; M. y otros. **Jugo Introducción Durante la primera infancia es Relacionado a Niño pequeño Jugo Admisión .** Pediatría académica . r. 2023 sep-oct;23(7):1343-1350. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37150479/> . Consultado: 11 de abril de 2026.

LOUZADA, M. et al. **Consumo de ultraprocesado Alimentos en Brasil : distribución y evolución temporal 2008-2018.** Revista de Saúde Pública [en línea]. v. 57 12. Disponible en: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2023057004744> . Consultado en: 20 de abril de 2026.

ROSSI, Luciana; POLTRONIERI, Fabiana. **Tratado de Nutrición y Dietoterapia.** 2da ed. Río de Janeiro: Guanabara Koogan, 2024. Libro electrónico. p.iv. ISBN 9788527739771. Disponible en: <https://app.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788527739771/>. Consultado el 28 de mayo de 2026.

REIS, A. et al. **Análisis de el prevalencia del consumo de azúcar en niños cuidado Consultas .** Revista Brasileña de Salud Maternoinfantil, vol. 22, n.º 3, págs. 631-640, jul. 2022. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202200030011> . Consultado el : 30 de mar. de 2026.

SILVA, CRE; SANTANA, TNG. **Consumo de alimentos en niños menores de 2 años en un municipio de la región norte de Brasil.** Revista Tópicos, Río de Janeiro, vol. 2, n.º 13, págs. 1-12, 2024. ISSN: 2965-6672. Disponible en: <https://revistatopicos.com.br/artigos/consumo-de-alimentar-em-criancas-menores-de-2-anos-em-um-municipio-da-regiao-norte-do-brasil> . Consultado : 10 de abril de 2026

Sociedad Brasileña de Endocrinología y Metabolismo. **Los datos de Vigitel indican un aumento de la obesidad y la diabetes en la población brasileña.** Revista Conexão SBEM, 2026. Disponible en: <https://www.endocrino.org.br/noticias/da-dos-do-vigitel-apontam-avanco-da-obesidade-e-do-diabetes-na-populacao-brasileira/> . Consultado el 30 de marzo de 2026.



RCMOS - Revista Científica Multidisciplinar O Saber.
ISSN: 2675-9128. São Paulo - SP.

Año VII, vol. 1 2026 | Envío: 13/06/2026 | Aceptado: 16/06/2026 | Publicación: 19/06/2026