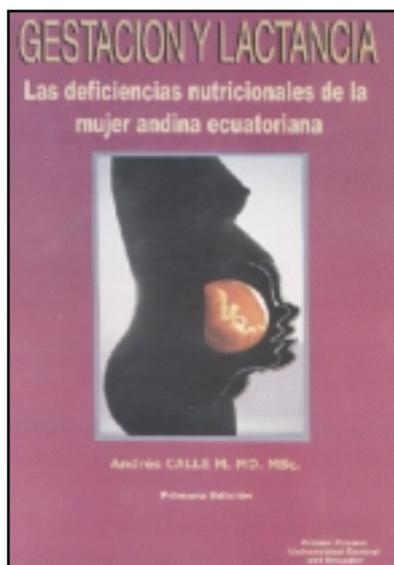


# GESTACIÓN Y LACTANCIA

## Las deficiencias nutricionales en la mujer andina

**AUTOR: Dr. Andrés Calle Miñaca.**  
**Comentario: Dr. Wéllington Aguirre Solís.**



En los últimos años el estudio de los factores nutricionales durante la gestación ha surgido como una de las áreas más innovadoras del cuidado pre natal, llegando a adquirir la importancia y relevancia que realmente tienen. Sin embargo todavía es un campo, en el que ciertamente existen limitaciones para acceder a su información, esta suele ser dispersa, o no es de fácil comprensión, lo que desalienta al lector. Es por estas circunstancias que, leer el libro "*Gestación y Lactancia. Las deficiencias nutricionales de la mujer andina*", es un auténtico placer, y lo es, porque siendo un libro serio, cuidadosamente editado, está redactado en forma clara, concisa, fácilmente asimilable, lo que invita a continuar y completar su lectura. Estas características convierten a este libro, en un libro diferente, valioso para obstetras y otros profesionales de la salud que intervienen en el cuidado de la mujer embarazada.

Es un tomo de 26 x 17.5 cm, tapas blandas, plastificadas de color gris y lila, la anterior rotulada con letras amarillas y graficada con un ideograma de la mujer gestante, la posterior con la fotografía del autor y su prominente currículum. Esta constituido de 206 páginas, con numerosas tablas, fue impreso en Quito-Ecuador por Editorial Propumed; primera edición, 2004.

**La obra esta estructurada en forma ordenada y coherente en 11 capítulos, en los que se presentan revisiones concisas, que se complementan con la recopilación y el análisis de los resultados obtenidos en estudios clínicos realizados por el autor y su grupo de investigadores, en nuestro medio, en nuestra realidad. Se inicia con un prólogo en el que autor fundamenta los objetivos que pretende con este nuevo aporte bibliográfico, determina las características el grupo de mujeres embarazadas en las que se llevaron adelante los trabajos de investigación que, son el substrato de esta publi-**

**cación, y reconoce la eficiencia y calidad profesional de su equipo de trabajo. Seguidamente se encuentra un índice de contenidos en donde se detallan los trabajos de investigación de cada capítulo.**

**Todos los capítulos tienen una indudable importancia, pero algunos invitan a realizar algunas consideraciones.** El primer capítulo describe en forma pormenorizada la estructura bioquímica de los hidratos de carbono y los diversos y complicados pasos de su metabolismo normal. Se continúa con las modificaciones que, en este metabolismo, se producen en la gestación y con igual énfasis se analiza el metabolismo lipídico y protéico, así como sus requerimientos durante la gestación. Se complementa este capítulo con dos estudios clínicos. En el primero se investiga por que se reportan bajas tasas de retardo en el crecimiento intrauterino en un grupo poblacional económicamente menos favorecido, con evidentes falencias en la calidad y cantidad de nutrientes esenciales. Se concluye finalmente que el exceso de hidratos de carbono, propio de la dieta de las mujeres gestante estudiadas lleva a un estado de hiperglicemia por intolerancia a los hidratos de carbono, que no siendo necesariamente diabetes, influye en el buen peso del recién nacido. El segundo ensayo clínico valora la ingesta protéica de las mujeres embarazadas y la relación que esta tiene con su ganancia de peso y del recién nacido, determinando adicionalmente que la urea plasmática es un metabolito útil para interpretar la ingesta protéica diaria, la que indudablemente guarda relación con la ganancia de peso fetal.

En el segundo capítulo se realizan importantes consideraciones sobre la suplementación de vitaminas, minerales y oligoelementos durante la gestación. Se analiza sus funciones y los efectos deletéreos que acarrea la deficiencia de las vitaminas

liposolubles e hidrosolubles, brindándose recomendaciones sobre su dosificación durante el embarazo. Como es la tónica de esta singular obra, este capítulo se complementa con los resultados obtenidos en dos estudios clínicos relacionados con el tema. En el primero de ellos se investiga la relación entre el retardo de crecimiento intrauterino y los niveles séricos de ácido fólico y Vit. B12. Concluyen que pese a demostrarse niveles sub óptimos en un importante segmento del grupo estudiado, no existe una relación directa con la ganancia de peso materno y fetal. En otro estudio clínico, se investigó la relación que existe entre la deficiencia de Ac. Ascórbico y la ruptura prematura de membranas, determinando finalmente una relación significativa entre los bajos niveles plasmáticos de esta vitamina y con esta grave complicación obstétrica.

El capítulo tres reseña las vitales funciones que cumple el calcio en el humano, los mecanismos implicados en su homeostasis y su relación con la dieta. Especial atención merece el metabolismo de este mineral durante la gestación y su posible implicación en la hipertensión inducida por el embarazo, enfermedad que es todavía un enigma sin resolver. Al respecto se analizan los resultados obtenidos en estudios internacionales y nacionales en los que se administraron complementos de calcio durante la gestación y en los que se encontró una sensible disminución en la frecuencia de esta temible complicación obstétrica. Estos resultados se comparan con estudios recientes, con un mayor poder estadístico, en los que también se administraron complementos de calcio a las mujeres embarazadas y en los que lamentablemente no se comprueban los alentadores hallazgos de estudios previos, planteándose al respecto, algunas consideraciones muy objetivas a la hipótesis que, la hipertensión inducida por el embarazo esta asociada a una baja ingesta de calcio.

Los capítulos cuarto y quinto están dedicados en su totalidad a uno de los oligoelementos más importantes, el hierro. En efecto, en el capítulo cuarto se describe desde su estructura, metabolismo, fuentes, pérdidas y requerimientos diarios, hasta las consecuencias de su déficit en el embarazo; planteando y analizando la metodología para su diagnóstico. En el capítulo quinto se despliega la investigación clínica realizada, sobre los efectos nocivos que acarrea la deficiencia del hierro en el embarazo y los beneficios que brinda la suplementación preventiva con este oligoelemento. En cuatro estudios realizados se determina una elevada e inquietante prevalencia de anemia gestacional en mujeres jóvenes primigestas, el valor que tiene la suplementación con hierro y ácido fólico en la ganancia de peso de la madre y el producto, y se establece un adecuado punto de corte para la cuantificación de hemoglobina como instrumento para estimar la prevalencia de la deficiencia de hierro. Un último estudio evalúa los beneficios del hierro sacarosa administrado por vía intravenosa en las variables hematológicas investigadas en la madre y el producto, observándose mejoría en todas y un efecto favorable en el peso materno y de los neonatos.

El zinc en la gestación y fuera de este estado fisiológico, es analizado en lo que se refiere a sus funciones, metabolismo, biodisponibilidad, y requerimientos, así como las consecuencias de su deficiencia. Especial consideración merece el rol de esta metaloenzima en el peso del neonato y su posible influencia en la ruptura prematura de membranas, eventos que son investigados en sendos estudios clínicos que permiten establecer una relación positiva, significativa, entre los niveles séricos maternos con el peso y talla del producto al nacimiento; mientras que la ruptura prematura de membranas amnióticas guarda relación con niveles disminuidos de zinc sérico.

**En el noveno capítulo se describe la importancia de la lactancia materna y la relación que guarda la deficiencia de**

**nutrientes fundamentales como el hierro y vitaminas como la A o retinol con los estados anémicos. Se analiza el rol del hierro en la evolución biológica del neonato, sus crecientes necesidades que, superan con mucho a las del adulto, y las consecuencias que acarrea su deficiencia. Sobre el retinol igualmente se realizan importantes acotaciones, considerándolo como un nutriente esencial para las funciones biológicas tanto en el niño como en el adulto. También se profundiza en la relación que existe entre estos dos nutrientes. Precisamente en el estudio clínico que se presenta en este capítulo se investiga la relación que existe entre las concentraciones de hierro y el retinol en la madre con las encontradas en el neonato y el lactante, así como en el calostro y la leche materna a los tres meses de lactancia. Posteriormente se correlaciona estos hallazgos con el desarrollo antropométrico del neonato y el lactante. Se determina finalmente que los niveles de hierro tanto en el calostro como en la leche a los 3 meses de lactancia, se encuentran bajos casi en la totalidad de las madres, igual situación se observa con el retinol, adicionalmente se observa deficiencia de retinol en un elevado porcentaje de neonatos y lactantes; deficiencias que indudablemente atentan en su estado nutricional. Otro hallazgo fue que a los 3 meses post parto un elevado porcentaje de madres son anémicas, confirmando la necesidad de complementar con hierro este período fisiológico.**

En el décimo capítulo se realizan interesantes consideraciones sobre el efecto del embarazo y la lactancia en la densidad mineral ósea de la mujer post menopáusica, tema en el que todavía no existe consenso. En un estudio pionero en nuestro medio se investiga la relación entre el número de gestaciones y el contenido mineral de un apreciable número de mujeres post menopáusicas tempranas. Finalmente se determina que, en el grupo de mujeres estudiadas, el mayor número de gestas conduce a un menor contenido mineral en hueso trabecular mas no en hueso cortical, que si se afecta cuando los periodos de lactancia fueron prolongados. Hallazgos que son similares a otros estudios, especialmente latinoamericanos.

Durante el décimo primer capítulo y el último, el autor brinda una serie de consideraciones y reflexiones, muchas de ellas de tipo práctico, todas destinadas a mejorar la vigilancia de la mujer gestante con parámetros clínicos y de laboratorio, sencillos pero efectivos. Desvirtúa varios mitos populares que, en no pocos casos, limitan la adecuada nutrición de las gestantes y alienta a los profesionales para que, fundamentados en el conocimiento científico, y convencidos que mejorando la salud y nutrición maternas pueden prevenirse las enfermedades crónicas, modifiquen positivamente las conductas nutricionales de la mujer gestante.

Todos los capítulos cuentan con una amplia bibliografía, que se consigna al finalizar los mismos, esta es actualizada, pertinente; destacando las publicaciones del autor y su grupo de investigación, así como las de otros investigadores ecuatorianos.

Después de estas brevísimas consideraciones sobre el contenido científico de este libro, quien revise y lea esta obra, coincidirá conmigo que se trata de una contribución de gran trascendencia para la medicina perinatal, con énfasis en la nutrición materna. Que siendo fruto del notable aporte de los conocimientos y la experticia del autor, aparece en un momento oportuno para cubrir un vacío en la bibliografía ecuatoriana.

Sin duda este es un notable esfuerzo académico que, solo quienes se han aventurado ha hacerlo lo conocen y aquilatan. Si el mensaje que lleva esta obra, básicamente el enseñar e incentivar a los lectores, se consigue; el Dr. Andrés Calle su Autor-Editor, habrá cumplido el mayor de sus objetivos.