

Evaluación de la educación nutricional y un suplemento sobre los índices globulares de gestantes colombianas

* * * *

Autores:

Beatriz Elena Parra Sosa.

N.D. Estudiante de maestría en Ciencias Básicas Biomédicas.

E-mail: bepaso@pijaos.udea.edu.co

Luz Mariela Manjarrés Correa

N.D. Especialista en Nutrición Humana.

E-mail: luzma@pijaos.udea.edu.co

Alba Lucía Gómez Gómez

Enfermera Especialista en epidemiología.

E-mail: hgmm@epm.net.co

Dora María Alzate

Química Farmacéutica

María Clemencia Jaramillo

Estudiante de Nutrición y Dietética. Universidad de Antioquia

Palabras clave:

Ácido fólico, hierro, anemia, deficiencia de hierro, embarazadas, educación nutricional, suplemento y vitamina C.

Resumen

Las deficiencias de hierro y ácido fólico causan graves problemas de salud en la mujer gestante y el niño, con implicaciones negativas para el desarrollo económico y social.

Objetivos: evaluar los cambios de conocimientos sobre las funciones, alimentos fuentes y prácticas con relación al hierro y folatos dietarios, el consumo y la tolerancia de un suplemento y el comportamiento de los índices globulares, en gestantes del programa prenatal de la Empresa Social del Estado Hospital Gilberto Mejía Mejía, Rionegro, Antioquia, abril 2002 a abril 2003.

Metodología: estudio cuasiexperimental, con una muestra de 42 madres seleccionada por conveniencia, y confianza del 95%. La Intervención consistió en un programa práctico de educación nutricional en pequeños grupos y el suministro de un suplemento diario; el efecto de la intervención se midió en los cambios de conocimiento sobre las prácticas que modifican la biodisponibilidad y el consumo de alimentos fuentes de estos nutrientes, en la tolerancia y adherencia al suplemento y en la modificación de las variables hematológicas: hemoglobina, hematocrito y ferritina.

Resultados: hubo cambios positivos de conocimientos y en la ingestión del suplemento; el 94,4% de las participantes no presentaron anemia al finalizar la gestación.

Conclusión: los resultados de esta investigación concuerdan con otros provenientes de poblaciones similares; se justifica implementar estrategias integradas en los programas de control prenatal de Colombia.