

EVALUACIÓN EN EL EMBARAZO

Embarazo

El período de crecimiento y desarrollo intrauterino constituye el período más vulnerable en el ciclo de vida.

El feto posee su propio material genético para el desarrollo, pero solo se alcanza si el aporte nutricional es suficiente.

IMPORTANCIA BIOLÓGICA

Las mediciones durante el embarazo y la lactancia reflejan el estado nutricional de la mujer e indirectamente, el crecimiento del feto, y más tarde, la cantidad y la calidad de la leche materna.

UTILIDAD DE LA ANTROPOMETRÍA

Seleccionar a las mujeres o poblaciones para intervenciones nutricionales orientadas a mejorar el crecimiento fetal y prolongar la gestación.

El embarazo antropométricamente representa una situación única por dos aspectos:

- El período de observación es corto.
- Los índices antropométricos se modifican con rapidez

PREOCUPACIONES

- Efecto del estado nutricional
- Ganancia de peso en el embarazo
- Complicaciones del embarazo
- Madres enflaquecidas
- Madres obesas

Nos ayuda a:

- Promover un crecimiento y desarrollo fetal normal
- Disminuir el riesgo de malformaciones
- Reduce el riesgo de complicaciones en el embarazo

OBJETIVOS DE LA VALORACIÓN NUTRICIONAL

- Identificar gestantes en riesgo
- Identificar gestantes que se beneficiar con una intervención
- Evaluar la magnitud de problemas nutricionales en la gestante
- Estudiar la asociación del estado nutricional.

PESO PRECONCEPCIONAL

- Indicador de riesgo de parto prematuro y retraso de crecimiento fetal.
- Mejor predictor de peso al nacer

¿Cómo se puede medir?

1. El peso para la talla al inicio del embarazo
2. Índice de masa corporal

ESTATURA

Es importante tomarla en los primeros meses, ya que sobre el final del embarazo la lordosis o curvatura compensatoria de la columna, vertebral hacia adelante lleva a obtener una talla menor que la real.

PESO

La mujer debe estar descalza y con ropa liviana, se tomará en balanza de adultos, registrando kg con una aproximación de 0.5 kg

EGRESO ANTROPOMÉTRICO

Este dato será calculado por el obstetra a partir de la F.U.M por ecografía, obtenida a partir de la altura uterina. Se expresa en semanas

HEMOGLOBINA

Se recomienda efectuar un control de la concentración de hemoglobina durante el 2do trimestre de embarazo

GANANCIA DE PESO DURANTE EL EMBARAZO

- En el primer control prenatal se deberá definir de acuerdo a IMC, Pre embarazo:
- Pango de ganancia de peso total durante todo el embarazo
 - Este valor depende fundamentalmente del estado nutricional al primer control prenatal y en menor grado a la estatura y peso.
 - Incremento de peso semanal

RECOMENDACIONES ESPECIALES

Mujeres con baja estatura

- Se debe preferir el límite inferior del rango de incremento de peso de acuerdo a su IMC pre embarazo

Adolescentes Embarazadas

- Las adolescentes que siguen los puntos de corte de IMC de adultos pueden ser categorizadas en la categoría más liviana y aconsejarles ganen más peso. Se recomienda utilizar el límite superior del rango de incremento de peso

Mujeres embarazadas de bajo peso

- Se recomienda que el incremento de peso semanal se sitúe en el límite superior del intervalo de incremento de peso de acuerdo a su IMC pre embarazo