# 

# JUSTIFICACION.

El embarazo entraña aumento en las necesidades nutricionales de la futura madre, que incluirán del feto. En principio se suponía que, salvo en caso de carencias intensas de la dieta, el feto no resultaba afectado. Los estudios nutricionales de los últimos 25 años en mujeres embarazadas han demostrado una relación directa entre la dieta materna y el estado del niño al nacer. Estos estudios han demostrado que algunas complicaciones del embarazo como la anemia, la toxemia gravídica y el parto prematuro, pueden originarse en una dieta insuficiente respecto a las necesidades nutricionales de la madre y del niño. Si la madre ha ingerido una dieta suficiente con todos los elementos esenciales y se encuentra en constante tiene un ingreso alimentario pobre. El embarazo es un estado normal de la mujer, donde el organismo está formando un nuevo ser y se prepara para producir el alimento que necesita el niño durante los primeros seis meses: La madre materna.

La madre adolescente: Uno de los problemas de los centros obstétricos es de las madres jóvenes que tienen su primer niño. En la actualidad, las personas se casan más jóvenes y muchas niñas con edades comprendidas entre 12 a 14 años de edad pronto son madres, muchas de ellas madres solteras, que presentan problemas especiales. Se desconoce si las raciones dietéticas son suficientes para los requerimientos de la adolescente embarazada. Con certeza, si ella no ingiere una dieta conveniente durante el período propio de crecimiento rápido, cosa frecuente en muchachas jóvenes de este grupo de edad, las necesidades adicionales del embarazo quizá no se satisfagan Marchetti investigador norteamericano. (1986) Al estudiar aproximadamente unas 600 madres jóvenes de 16 años o menos, encontró como complicación frente la toxemia y un aumento en el número de partos prematuros.

Comentó en su estudio "la incapacidad de un número considerable de madres jóvenes para valorar la importancia de la dieta y del descanso y observo que la dieta seleccionada a menudo consistía en refrescos carbonatados (gaseosas), papas fritas, perros calientes Clough W., investigador norteamericano, 1988. Realizó otro estudio en 175 primigestas y encontró aumento de los casos de preclampsia e hipertensión en las pacientes, igualmente complicaciones frecuentes por anemia.

Muchas jóvenes no acuden a la consulta médica desde el inicio del embarazo y a menudo es demasiado tarde darles instrucciones convenientes respecto a la forma de impedir complicaciones, ello se origina en parte en la inconstancia e inestabilidad de las uniones jóvenes, las cuales no le dan el valor necesario al control médico adecuado y continuo y en parte esta situación se debe a la ignorancia e incapacidad de los jóvenes para asumir responsabilidades.

Dietas durante el embarazo: Los estudios clásicos de Burke y sus colaboradores de la Universidad de Harvard y de la Maternidad de Boston, has ilustrado sobre la relación de alimentación durante el embarazo y el estado físico del lactante, las madres con alimentación excelente o adecuada dan lugar a tener lactantes en condiciones excelentes de un 43% en estado adecuado de un 52%, mediano 2,5% y deficientes solo el 2.5% mientras que las madres con alimentación mediana, solo tienen niños excelentes en un 6% en estado adecuado el 47% en estado mediano 41% y deficiente el 6% y las madres con alimentación deficientes o casi nula solo un 3% de los niños son excelentes, el 5% adecuados, 27% medianos y un 65% deficientes.

Queda demostrado en este estudio la necesidad del control médico asistencial y de una buena alimentación balanceada. Cuando nos referimos a dietas pobres lo que estamos indicando es que es baja en todos los nutrientes esenciales. Desde el principio es necesario que la población reconozca y muy especialmente las embarazadas, la importancia de la nutrición y los profesionales de la Enfermería deben asumir la responsabilidad de enseñar a ese grupo de normas para mejorar su nutrición y la del futuro del período, entre 9 y 12 kilos.

Necesidades nutricionales: Un aumento de peso exagerado puede traer complicaciones durante el embarazo y en el momento del parto, tales como: Aumento de la tensión arterial, hinchazón del pies, manos y párpados, poniendo en peligro la vida de la futura madre y la del niño. Por el contrario, si no aumenta lo debido, puede tener un parto prematuro o un niño bajo de peso. Por lo tanto una adecuada alimentación durante el embarazo protege la salud de la madre y del niño y garantiza la lactancia.