

Ángel Luis Zamora Cevallos ^a; Felicita Elizabeth Piloso Gómez ^b; Ginger Rossemary Coronel Loor ^c; Wendy Sindy Ponce Loor ^d; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay ^e; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay ^f

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Nutrition and anemia in adolescent pregnant women

Revista Científica de Investigación actualización del mundo de las Ciencias. Vol. 2 núm., 3, Septiembre, ISSN: 2588-0748, 2018, pp. 212-228

DOI: [10.26820/reciamuc/2.\(3\).septiembre.2018.212-228](https://doi.org/10.26820/reciamuc/2.(3).septiembre.2018.212-228)

Editorial Saberes del Conocimiento

Recibido: 15/05/2018

Aceptado: 20/07/2018

Publicado: 15/09/2018

Correspondencia: editor@reciamuc.com

- a. Médico General, Director del Centro de Salud tipo C Santa Ana.
- b. Analista de Nutrición 2 Distrito de Salud 13D02 Magister en Ciencia de Alimentos.
- c. Obstetra Hospital Básico Civil de Limones Esmeralda, Egresada Maestría Gerencia en Servicios de la Salud – UCSG.
- d. Encargada del Servicio de Alimentación Hospital General Manta, Egresada Maestría de Nutrición Infantil Universidad Espíritu Santo de Guayaquil.
- e. Obstetra Centro de Salud Tipo B Cojimies.
- f. Licenciada de enfermería, Centro de Salud Jipijapa, Distrito 13D03 Jipijapa – Puerto López.

RESUMEN

El embarazo adolescente se ha convertido en una problemática mundial debido a que genera incidencia de alteraciones médicas, más aun cuando hay una deficiencia de nutrientes durante el proceso. Abordando esta problemática se decidió realizar la investigación con el objetivo de determinar si el aporte nutritivo diario tiene relación con la prevalencia de anemia durante el periodo de gestación de las adolescentes que acuden al Centro de Salud Jipijapa en el primer trimestre año 2017, mediante un estudio de tipo descriptivo y transversal, el universo está constituida por las adolescentes embarazadas que acuden al establecimiento de salud, donde se seleccionó 30 que se encuentran en estado de gravidez con anemia. La recolección de datos se basó en la técnica de análisis documental, a través de la base de datos proporcionados por el departamento de estadística, encuestas realizadas a las adolescentes gestantes con anemia, además de entrevistas realizadas al personal de salud. Los principales resultados confirmaron la hipótesis planteada debido que existe una estrecha relación entre los factores de riesgo como son la anemia, bajo peso de la mujer gestante como consecuencia del déficit nutritivo de consumo diario, o de los malos hábitos alimenticios de las adolescentes en estado de gravidez, que ponen en riesgo el bienestar del feto y la salud de la madre, afectando el estado nutricional, debido a que su organismo utilizará las reservas para cubrir las carencias nutricionales, mientras que en el niño ocasiona problemas como malformaciones, bajo peso al nacer, trastornos en el crecimiento y desarrollo.

Palabras clave: Adolescentes, estado de gestación, alimentación, déficit nutritivo, anemia.

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor; Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay

ABSTRACT

Adolescent pregnancy has become a global problem because it generates an incidence of medical alterations, especially when there is a deficiency of nutrients during the process. Addressing this problem, it was decided to carry out the investigation with the objective of determining if the daily nutritional contribution is related to the prevalence of anemia during the gestation period of the adolescents who come to the Jipijapa Health Center in the first quarter of 2017, through a study of descriptive and transversal type, the universe is constituted by the pregnant adolescents who go to the health establishment, where 30 were selected who are in a state of pregnancy with anemia. The data collection was based on the technique of documentary analysis, through the database provided by the statistics department, surveys conducted with pregnant adolescents with anemia, as well as interviews with health personnel. The main results confirmed the hypothesis because there is a close relationship between risk factors such as anemia, low weight of the pregnant woman as a result of the nutritive deficit of daily consumption, or poor eating habits of adolescents in the state of gravidity, which jeopardize the wellbeing of the fetus and the health of the mother, affecting the nutritional status, because your body will use reserves to cover nutritional deficiencies, while the child causes problems such as malformations, low birth weight, disorders in growth and development.

Keywords: Adolescents, pregnancy, nutrition, nutritional deficit, anemia

Introducción.

La Organización Mundial de la Salud define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce entre los 10 y 19 años, además de considerar dos fases, adolescencia temprana de 12 a 14 años y adolescencia tardía de 15 a 19 años (1). Peter Blos et al. La clasifica de la siguiente manera: Pre adolescencia de 9 a 11 años, adolescencia temprana de 12 a 14 años, adolescencia de 16 a 18 años, adolescencia tardía de 19 a 21 años y pos adolescencia de 21 a 24 años (2).

La adolescencia, es una etapa distinguida por grandes cambios físicos, biológicos, psicológicos, emocionales y sociales. En esta etapa es importante la búsqueda de identidad el enfrentarse a nuevas experiencias, entre ellas, el despertar a la sexualidad, factor de riesgo potencial para el embarazo en la adolescencia (3).

El embarazo forma una de las etapas de mayor vulnerabilidad nutricional en la vida de la mujer, y esto se debe a que durante el tiempo del mismo, existe una significativa actividad anabólica que determina un aumento de las necesidades nutricionales maternas de casi todos los nutrientes, con relación al periodo preconcepcional, puesto que el feto se alimenta solo a expensas de la madre (4).

El embarazo adolescente, es una de las más importantes inquietudes de la sociedad global. Sus resultados son catastróficos para la situación de las personas en este grupo de edad y, al disminuir y erradicarse, tendrían sin duda un impacto determinante en la mejora de la calidad de vida a nivel mundial no solo de las adolescentes, sino de la sociedad que las rodea.

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor; Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay

Un aspecto importante a tomar en consideración es que las adolescentes son gestantes de alto riesgo, que al estar aún en desarrollo y no haber cumplido su madurez fisiológica, sus requerimientos nutricionales son mayores que los de la mujer adulta, más aún cuando se asemejan con una ganancia de peso inadecuada, anemia y consumo inadecuado de nutrientes (5). Fisiológicamente, las adolescentes están en riesgo elevado que otras en el periodo de gestación, pues en la generalidad de los casos sus órganos reproductores no han logrado la madurez suficiente. Es probable que exista déficit en la alimentación, por lo que es importante que el personal de salud proporcione las directrices adecuadas sobre los cuidados que se debe seguir (6).

El embarazo en la adolescencia se relaciona con graves riesgos para la salud, y a mayor cercanía del embarazo al momento de la primera menstruación, mayores pueden ser las dificultades. En este periodo la adolescente aún no ha concluido su crecimiento, lo cual incrementa el riesgo de déficit energético y de nutrientes esenciales para un adecuado desarrollo, una recomendable ganancia de peso en el embarazo, el buen desarrollo fetal y adecuado peso del neonato. Las deficiencias nutricionales y el bajo peso al nacer se han asociado con alteraciones en la formación de las estructuras corporales y mayor probabilidad de sufrir problemas metabólicos, como obesidad y enfermedades cardiovasculares en la vida adulta (7).

Las adolescentes en estado de gestación necesitan cubrir una mayor cantidad de nutrientes que una mujer no embarazada. Es indispensable elevar el consumo de 300 calorías por día para compensar el trabajo extra que requiere el cuerpo para la formación del niño y los tejidos maternos propios del embarazo. Las calorías extras pueden ser aportadas por una

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor;
Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado
Pincay

refacción nutritiva que se incorpore en la dieta habitual de la mujer. Por lo tanto, si no se cumple con este requerimiento nutritivo se contribuye a adquirir anemia ferropénica, debido a que es la principal causa de deficiencia nutricional que afecta a las gestantes. Se evidencia que las mujeres con anemia por deficiencia de hierro tienen niños prematuros o con bajo peso al nacer con una mayor incidencia. Se documenta que la baja reserva de hierro antes del embarazo amplía la posibilidad de padecer anemia durante el mismo, menor tolerancia para la realización de actividades físicas, aumento de la susceptibilidad para el desarrollo de infecciones y, como consecuencia, una pobre interacción con sus hijos cuando estos han nacido. De tal manera la anemia materna continúa siendo la principal causa considerable de morbilidad perinatal (8).

La anemia representa un problema de salud pública a nivel mundial. La Organización Mundial de la Salud la define como la hemoglobina menor de 11g/dl. Su prevalencia en el embarazo está relacionada con diversos factores como: edad, condición social y estilos de vida. Los requerimientos aproximadamente son de 1000 mg de hierro para sustentar los cambios que ocurren en la gestación, como por ejemplo la expansión del volumen sanguíneo, el desarrollo y crecimiento de la placenta y para el desarrollo del feto. Para el inicio del embarazo se necesitan aproximadamente más de 300 mg de hierro de los depósitos corporales, para conservar niveles adecuados de hierro en la madre y aportar el hierro adecuado para el desarrollo del feto (9).

Icaza et al. Menciona que el embarazo y la maternidad adolescente se muestran en una dimensión importante en Latino América y esto se acompaña con que la gran mayoría de estos

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor; Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay

embarazos son no deseados (10), porque generalmente la pareja abandona a la madre, por eso la gran mayoría de madres adolescentes son solteras.

El estado nutricional de la mujer cuando está en periodo de gestación y durante este estado puede tener una atribución importante en los resultados sanitarios del feto, el lactante y la madre. En referencia, es importante analizar las costumbres dietéticas antes del embarazo las cuales influyen en el desarrollo de la gestación. Carencias de micronutrientes como calcio, hierro, vitamina A, yodo pueden provocar malos resultados sanitarios para la madre y causar complicaciones en el embarazo, poniendo en peligro a la madre y el niño (11).

Pacheco hace referencia, que el déficit de nutrientes y alimentos que no están afines a las necesidades diarias requeridas por el organismo, disminuirá la respuestas inmunológicas, alterando el desarrollo físico y mental, como consecuencia se incrementa la fragilidad para adquirir enfermedades (12).

Artieda manifiesta, que el estado nutricional durante la gestación tiene una percusión principal, ya que, la dieta no solo interviene sobre el desarrollo del mismo, en lo que respecta a la madre como al niño, sino que afecta directamente el futuro desarrollo de la lactancia. Las necesidades nutricionales (vitamínicas, energéticas, minerales y proteicas) de una mujer en periodo de gestación son mayores debido a la producción de varias adaptaciones metabólicas y funcionales, sobre todo en los mecanismos de utilización de energía (13).

Cada año dan a luz más de 16 millones de mujeres en edades que comprenden los 15 a 19 años, lo cual simboliza alrededor de 11% de partos a nivel mundial. Se considera que el 95% de

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor;
Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado
Pincay

estos partos prevalecen en países de ingresos bajos y medios. La tasa media de nacimientos entre las adolescentes en los países de ingresos medios se eleva al doble a la de los países de altos ingresos, y consecuentemente a los países de ingresos bajos es elevada cinco veces más (14).

Save the Children anunció en el año 2013; el embarazo es la primordial causa de muerte para las adolescentes a nivel mundial, debido a que cada año miles de ellas fallecen y alrededor de un millón resultan gravemente lesionadas. Asimismo, Adovocates for Youth Institution, reveló que las adolescentes de 15 a 19 años de edad poseen dos veces más riesgos de morir durante el embarazo o parto, que las mayores de 20 años (15).

Los últimos datos observados para los países de la subregión andina señalan a Venezuela con la más alta tasa específica de fecundidad en adolescentes con un 94, 5%, seguida por Colombia con 84%, Ecuador con 72,4%, le sigue Perú con 68%, Bolivia con 66% y finalmente Chile con 46% (16).

Los datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos en el año 2010 indican que en el Ecuador existen 122.301 madres adolescentes, de las cuales más del 50% se encuentran en la región Costa. Alrededor de 13.378 adolescentes embarazadas en edades que comprenden de 12 a 19 años habitan en la provincia de Manabí (17). Mientras que en nuestro cantón Jipijapa hay alrededor de 266 adolescentes en periodo de gestación en el año 2016 según datos proporcionados por el departamento de estadística Distrito de Salud N°13D03.

La Organización Mundial de la Salud estima que aproximadamente un 52- 56 % de madres anémicas habitan en países en vía de desarrollo y un 23% en países desarrollados (9). En

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor; Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay

muchos países, las/los adolescentes representan entre el 20 a 25% de total de embarazos debido a que la actividad sexual de las/los jóvenes crece en todo el mundo de tal manera se extiende la incidencia de partos en menores de 20 años.

En relación con información publicada la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut- ECU) 2011- 2013, la prevalencia de anemia en mujeres en edad fértil es del 15% a escala nacional. Acorde a la información proporcionada por los puestos centinela de la Unidad de Nutrición del Ministerio de Salud Pública del año 2012, el 49,9 % de mujeres en estado de gestación de nuestro país presenta anemia. Por tal motivo se genera una política pública de salud de suplementar a todas las mujeres embarazadas con 60 mg de hierro elemental a partir de hierro polimaltosado, y con 400 µg de ácido fólico, durante todo el embarazo y tres meses posparto (8). Por otra parte se suma al riesgo de embarazos en adolescentes la anemia, la cual complica los problemas perinatales y maternos, provocando partos prematuros e incluso la muerte. Los bajos recursos económicos y malas condiciones de vida contribuyen a incrementar el problema (18).

La optima atención de salud para prevenir y tratar a las mujeres con anemia en el embarazo, es una salida necesaria hacia la consecución de los objetivos de desarrollo nacional e internacional (Objetivos de Desarrollo del Milenio- 2015) planteados en el Plan Nacional de Reducción Acelerada de la Muerte Materna y Neonatal (9).

Material y métodos.

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor;
Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado
Pincay

El campo en el que se realizó esta investigación es el área de la enfermería gineco-obstetra desde la perspectiva de la alimentación en el periodo de la gestación de las adolescentes, con el objetivo de determinar si en las adolescentes en estado de gestación prevalece la anemia debido al déficit de nutrientes, esto se convierte en una problemática de salud que no solo afecta a la madre, también al feto en desarrollo cuando no se lleva una adecuada alimentación. Se realizó un estudio de tipo descriptivo y transversal, mediante análisis estadísticos descriptivos, de frecuencia y porcentaje para las variables categóricas, se cumplió con todas las normas éticas establecidas, salvaguardando el derecho de la privacidad y consentimiento de las participantes.

El universo está constituido por las adolescentes en periodo de gestación que acuden al Centro de Salud Jipijapa, la muestra la integraron 30 adolescentes en estado de gravidez con anemia que acudieron a control en el primer trimestre del año 2017. Del estudio preliminar resultó que de las 39 gestantes registradas que acudieron a primer control en el periodo analizado, solo 30 cumplen con los parámetros de estudio.

Las variables de estudio fueron la alimentación (independiente) y periodo de gestación de las adolescentes (dependiente), con los siguientes indicadores; características sociodemográficas, prevención y factores de riesgo, características de consumo alimentario y hábitos dietéticos, recomendación alimentaria, aplicación y nivel de conocimientos, manifestaciones somáticas. Como criterio de inclusión se instauraron a las gestantes con anemia, en edades comprendidas de 13 a 19 años. Se excluyeron las historias clínicas registradas en el sistema estadístico cuyos datos correspondían a adultas gestantes con anemia, o con otros problemas obstétricos, además de casos de adolescentes debido a la pérdida de periodicidad y cambio de residencia. La recolección

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor; Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay

de datos se basó: en la técnica de análisis documental, a partir de la información brindada por el departamento de estadística, así como, acceso a historias clínicas, entrevistas realizadas al personal de salud, ante la solicitud realizada a la Directora del Distrito de Salud N°13D03. También se obtuvieron los datos mediante las encuestas realizadas a las adolescentes gestantes con anemia.

Todos los datos fueron procesados por el programa de Excel 2013.

Resultados.

Del total de 39 casos registrados, se tomó como muestra el 76,9%, los cuales cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión propuestos en el diseño metodológico. Como puede apreciarse es un valor relevante, representando más de la mitad de la población analizada y confirmando la prevalencia de este fenómeno en estudio del grupo etario investigado, así como la importancia en la educación que se le brinde para ayudar a que se modifiquen sus hábitos alimentarios y sepan la importancia del consumo de los nutrientes esenciales para el desarrollo del feto; como para el proceso de la futura lactancia.

En características sociodemográficas, se ha clasificado en dos grupos de edades a la población estudiada, el grupo de 15- 19 años se representa en un 76% lo cual indica que en este rango de edades es donde más prevalece el embarazo, mientras que de 10- 14 años se representa con un 24%. En nivel de escolaridad, un 53,3% de adolescentes gestantes aun no terminan la secundaria, y un 6,7% están cursando un grado de estudio superior. Con respecto a la ocupación,

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor;
Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado
Pincay

el 60% de adolescentes gestantes estudia, lo que indica que tienen el sustento de sus familiares o pareja para continuar con su formación académica, mientras que el 40% se dedica a los quehaceres domésticos. En estado civil el 53,3% se encuentra en unión libre o mantiene algún tipo de relación con sus parejas, mientras que el 46,7% se encuentra solteras.

En lo que corresponde a los factores de riesgo en adolescentes en estado de gravidez, se indago el número de controles médicos rutinarios antes del embarazo obteniendo que el 93,3 % no acudían, por lo que no hubo preparación para el embarazo, ni reducción en los factores de riesgo; mientras que el 6,7 % si acudían a controles médicos, mismo porcentaje que sabían del padecimiento de anemia y recibían tratamiento, sin embargo, a pesar del tratamiento recibido previo al embarazo ellas aun en su estado de gravidez continúan con la anemia, mientras que el 93,3% desconocían la presencia de la enfermedad, la cual fue indicada por el médico que atendió su control; el 100,0% de la población encuestada padece anemia por deficiencia de hierro.

De acuerdo a la alimentación y características de hábitos dietéticos se pudo verificar que el 66,7% de las adolescentes en estado de gravidez consumen alimentos chatarras ricos en calorías vacías y grasas saturadas, mientras el 13,3% emplean alimentación variada y completa que aporta los nutrientes necesarios para el correcto desarrollo del embarazo y el feto. Otro cuestionamiento evaluado es, realiza algún tipo de dieta en el embarazo, el 100% de la población estudiada respondieron que no realiza ningún tipo de dieta lo cual indica que son conscientes de que un nuevo ser depende de ellas.

Según los datos obtenidos el 80% de la población encuestada no han recibido las recomendaciones necesarias sobre la manera adecuada de alimentarse, mientras el 20% afirmo

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor; Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay

haber recibido información debido a que ellas acudieron a consulta con la nutricionista porque presentaban bajo peso y anemia en el embarazo. En lo que respecta al aporte de nutrientes para el óptimo desarrollo del feto, el 86,7% consideran que se deben consumir una alimentación completa y variada para el óptimo desarrollo del feto pero que no los consumen porque no les gusta, a más de que no están al alcance de su bolsillo, mientras que el 3,3% siguen con la idea errónea de que es mejor consumir carbohidratos y dulces en su embarazo ya que les gusta.

En lo que respecta las manifestaciones somáticas y nivel de conocimientos, el 66,7% de la población han presentado náuseas y vómitos en su embarazo, en algunas adolescentes se mantienen estas manifestaciones, mientras el 33,3% indican presentar repugnancia a ciertos alimentos como el pollo, carne, pescado, siendo los de mayor número. En lo que corresponde a la importancia de consumir hierro y ácido fólico el 60% manifestó que si es importante para el desarrollo del feto y para ellas mismo, pero la mayoría de la población encuestada no lo consumen debido a los efectos adversos, mientras que el 40,0% aduce que no es importante el consumo porque ocasionan molestias en su salud y según ellas le perjudica a su bebe en desarrollo.

Discusión.

Los datos obtenidos en la investigación indican que las 30 adolescentes gestantes padecen anemia por el déficit nutritivo y mal hábito alimenticio según lo reportado en este estudio, lo cual coincide con la Organización Mundial de la Salud donde se estima que aproximadamente un 52-56 % de madres anémicas habitan en países en vía de desarrollo (9).

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor;
Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado
Pincay

En lo correspondiente a prevención y factores de riesgo de adolescentes en estado de gravidez se comprobó que es muy poca la población estudiada que acudían a controles médicos rutinarios, por lo que no reciben la información necesaria para llevar una correcta alimentación en el periodo de gestación, a lo que se complementa que es un tema que le dan menor importancia y el cual se da debido a que tenemos costumbres de arrastrar los patrones alimentarios de nuestros padres y quedarnos con ellos, por lo tanto tenemos una alimentación pobre en hierro, folatos, en vitamina B12 la cual, puede desencadenar muchos factores de riesgo en el embarazo como lo es la anemia. Para lo cual, el Ministerio de Salud Pública trata de corregir la anemia ferropénica a través del consumo de hierro más ácido fólico en presentación de 60 microgramos de hierro más 400 microgramos de ácido fólico, el cual se da como tratamiento profiláctico (8).

Por otra parte se suma al riesgo de embarazos en adolescentes la anemia, la cual complica los problemas perinatales y maternos, provocando partos prematuros e incluso la muerte. Los bajos recursos económicos y malas condiciones de vida contribuyen a incrementar el problema (18).

Respecto a la alimentación y características de hábitos dietéticos se evidenciaron en esta investigación que debido a que consumen alimentos chatarras ricos en calorías vacías y grasas saturadas, si existe una estrecha relación entre el aporte nutritivo diario y la anemia, como consecuencia del déficit nutritivo de consumo diario y de malos hábitos alimenticios de las adolescentes en estado de gravidez. Dato que coincide con lo referenciado por el manual de consejos útiles sobre la alimentación y nutrición de la embarazada en el que se manifiesta; la

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor; Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay

desnutrición al comienzo del embarazo está asociado al desarrollo de anemia durante la gestación (19).

Recomendaciones alimentarias y aplicación de conocimientos se evidenció que lamentablemente a pesar de todas las recomendación que se les brinda a las adolescentes gestantes en los diversos clubes que se tiene, ellas no siguen las indicaciones y el régimen alimenticio que se les indica debido a que no tienen una idea o un criterio formado de como alimentarse por lo que consumen muchos alimentos chatarras y cuando tienen el espacio de alimentarse de manera adecuada con alimentos saludables, ellas optan por alimentos con poca cantidad nutricional como son alimentos procesados, con estabilizantes, colorantes los cuales no tienen una buena calidad nutricional. Concordando a lo que hace referencia Carámbula, que el déficit de nutrientes y alimentos que no están afines a las necesidades requeridas por el organismo, disminuirá las respuestas inmunológicas, alterando el desarrollo físico y mental, incrementando la fragilidad en la adquisición de enfermedades (20).

Manifestaciones somáticas y nivel de conocimientos se dedujo que en algunos casos de adolescentes con anemia esto se origina debido a las náuseas y vómitos que se presentan en mayor prevalencia en el primer trimestre del embarazo, sin embargo, en ciertos ocasiones estas manifestaciones somáticas continúan casi durante todo el estado de gravidez, por tal motivo no consumen gran cantidad de alimentos o si los consumen los devuelven en el vómito señalándose como uno de los factores por los que se da el bajo peso.

La principal causa para que no se haya resuelto este problema, como lo es, el hacer que las adolescentes tomen conciencia sobre la manera adecuada de alimentarse, es la comunicación

debido a que se resta importancia al problema principal, llenando de mucha información al paciente en menos de 30 minutos, por lo que la comunicación no fluye con la gestante, no va a haber confianza entre médico- paciente y no se va a entender la importancia del consumo de una dieta equilibrada.

Esta investigación se realizó en el “Centro de Salud Jipijapa” con el fin de verificar si el aporte nutritivo diario tiene relación con la prevalencia de anemia durante el periodo de gestación de las adolescentes, y así también basándose en los resultados diseñar una estrategia de seguimiento, monitoreo y control del programa educativo “club de madres gestantes”, estipulado en el Establecimiento de Salud, en base al régimen alimenticio adecuado para el óptimo desarrollo del embarazo que llevan las adolescentes, con la participación de 3 actores principales: adolescentes gestantes, familia, personal del Centro de Salud Jipijapa.

Bibliografía.

1. Salud. OMdl. WHO Media Centre Centro de prensa de la OMS. [Online].; 2014 [cited 2017 Agosto. Available from: <https://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs364/es/>.
2. Peter B, Jean P. La Adolescencia. [Online].; 2014 [cited 2017 Octubre. Available from: <http://maestriapsicologiaclinicaquidzacatecas.blogspot.com/2012/04/la-adolescenciapeter-blos-jean-piaget-y.html>.
3. José FCP. Órgano Oficial de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición. Archivos Latinoamericanos de Nutrición. 2013 Diciembre; 63(4).
4. Pinzón E, Olga L. Riesgo nutricional en gestantes hospitalizadas. Nutricion clinica y dietetica hospitalaria. Julio 2017; 37(3).
5. Claudia U, José P. EMBARAZO EN ADOLESCENTES. Revista Peruana De Ginecología Y Obstetricia. 2016 Enero; 52(1).
6. Yamilet LR. Embarazo en la adolescencia y su repercusión biopsicosocial sobre el organismo de la madre y de su futuro hijo. Revista Cubana de Enfermería. 2014 Septiembre; 27(4).
7. Sandra LRM, Natalia ZL, Beatriz EPS. Embarazo adolescente: características maternas y su asociación con el peso al nacer del neonato. Órgano Oficial de la Sociedad Latinoamericana

Nutrición y anemia en las gestantes adolescentes

Vol. 2, núm. 3., (2018)

Ángel Luis Zamora Cevallos; Felicita Elizabeth Piloso Gómez; Ginger Rossemary Coronel Loor; Wendy Sindy Ponce Loor; Michelle Carolina Arsiniegas Chancay; Jesenia Elizabeth Regalado Pincay

-
- de Nutrición. 2014; 64(2).
8. Guía de Práctica Clínica. In Pública MdS. Diagnóstico y tratamiento de la Anemia en el embarazo. Quito: Dirección Nacional de Normatización – MSP; 2014.
 9. Salud OMDIS. Anemia ferropénica: Investigación para soluciones eficientes y viables. [Online].; 2012 [cited 2017 Octubre. Available from: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11679:iron-deficiency-anemia-research-on-iron-fortification-for-efficient-feasible-solutions&Itemid=40275&lang=es.
 10. Jahaira FIC, Diego AVC. Anemia en embarazadas menores de 20 años y su relación con el bajo peso del recién nacido; hospital materno infantil Mariana de Jesús. Medicina. 2012; 18(3).
 11. Lucía FM, José MSdC, Jesús BJ. La nutrición en el periodo preconcepcional y los resultados del embarazo: revisión bibliográfica y propuesta de intervención del Dietista-Nutricionista. Revista Española de Nutrición Humana y Dietética. 2016 Marzo; 20(1).
 12. José PR. Nutrición en el embarazo y lactancia. Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia. Abril 2014; 60(2).
 13. Artieda. Nutrición de la mujer embarazada y en periodo de lactación. Medicina. 2014 Octubre.
 14. Organización Mundial de la Salud. Prevenir el embarazo precoz y los resultados reproductivos adversos en adolescentes en los países en desarrollo: las evidencias. [Online].; 2013 [cited 2017 Noviembre. Available from: http://maternoinfantil.org/archivos/smi_D450.pdf.
 15. Children S. Sexualidad, embarazo y violencia doméstica: experiencias de adolescentes brasileñas. Index de Enfermería. ; 23(3).
 16. María DCM, Silvia SM. DIAGNÓSTICO DE SITUACIÓN DEL EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA EN LA SUBREGIÓN ANDINA. 2016.
 17. Instituto Nacional de Estadística y Censos - INEC. TOTAL DE MADRES SEGUN EDADES POR PROVINCIA. 2010.
 18. CimaNoticias. Anemia y embarazo en adolescentes: mala combinación. [Online].; 2012 [cited 2017 Octubre. Available from: <https://www.cimanoticias.com.mx/node/62297>.
 19. Ministerio de Salud Pública. Normas y procedimientos para la atención integral de salud para adolescentes. In.; 2009.
 20. Jostin I. Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. Pediatría Integral. 2013 Febrero; 17(4).