

Born Too Small: The Weight of Newborn Health

Por Gary Darmstadt el 09 de abril 2013

Temas: Cuidado prenatal

Regiones: Africa, Asia

Pequeño al nacimiento: el peso de la salud del recién nacido

Comer por dos. Es una excusa inteligente utilizada por millones de mujeres embarazadas que buscan un “segundo plato” para asegurarse de que están recibiendo suficiente alimento para su bebé sea sano, bien alimentado, y de peso normal al nacer. ¿Qué ocurre si un bebé no tiene peso normal al nacer, si él o ella nace con bajo peso al nacer (nacidos con un peso inferior a 2.500 gramos, comparablemente menos que una bolsa de 5 libras de arroz)? Desafortunadamente, demasiados bebés nacen demasiado pequeños, especialmente en los países de bajos ingresos. La prevalencia de bajo peso al nacer es mayor en el sur de Asia, con el África subsahariana en un cercano segundo lugar. Y no es por falta de una segunda ración en el almuerzo o en la merienda.

Hay muchos factores que influyen en la probabilidad de tener un bebé con bajo peso al nacer.

Las consecuencias de haber nacido "demasiado pequeño" son bastante graves, tanto por las posibilidades de supervivencia y los riesgos de toda la vida, especialmente en los países de bajos ingresos:

- Los bebés de bajo peso al nacer tienen más probabilidades de morir en el primer mes de vida, así como en la lactancia y la primera infancia.
- Los bebés que nacen con bajo peso al nacer y sobreviven tienen más probabilidades de seguir creciendo mal después del nacimiento, mantienen el bajo peso y retraso en el crecimiento durante la primera infancia, y enfrentan retrasos del desarrollo neurológico y en el aprestamiento educativo.
- Los bebés con bajo peso al nacer se convierten en adultos más pequeños, a menudo con problemas de salud como la hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares y problemas metabólicos.
- Las niñas con bajo peso al nacer tienden a ser mujeres de baja estatura y esto produce una pelvis poco desarrollada, lo que lleva a las complicaciones obstétricas durante el parto.

¿Cuáles son los factores que pueden conducir a consecuencias devastadoras como ésta?

A menudo se trata de un fenómeno intergeneracional. Se inicia con una niña desnutrida, que se convierte en una adolescente mal alimentada, que se convierte con mucha frecuencia en una embarazada adolescente, llegando a ser cada vez más propensas a tener un hijo con bajo peso al nacer. Este niño, nacido demasiado pequeño, lo más

probable que tenga un crecimiento lento por el mismo entorno nutricional deficiente que enfrenta a su madre, que sufrirá de talla corta y retardo en el neuro-desarrollo durante toda la infancia, por lo que el ciclo comienza de nuevo cuando entra en su etapa de procreación con mal estado nutricional.

Por supuesto, el buen estado de salud de una madre también es importante. Más que solamente un segundo plato en la comida, es necesario para un embarazo saludable.

Se necesita atención prenatal temprana y regular para identificar, prevenir y gestionar adecuadamente la variedad de infecciones que son comunes en las zonas donde el bajo peso al nacer es también común. Las condiciones tales como la sífilis, la malaria, el VIH y otras infecciones de transmisión sexual, si no se tratan, también aumentan las posibilidades de que un bebé nazca demasiado pronto o demasiado pequeño. También se necesita suplementos de hierro y ácido fólico durante el embarazo para prevenir la anemia materna y defectos del tubo neural en el bebé.

Los factores sociales también influyen en la probabilidad de que un bebé nazca con bajo peso al nacer. En algunas culturas, el matrimonio infantil es un factor de riesgo común, las niñas y adolescentes se casan y se espera que comiencen tener hijos antes de que sus cuerpos estén lo suficientemente desarrollados como para proporcionar completa nutrición a un bebé o para permitir el parto vaginal de un bebé de peso normal, lo que resulta en complicaciones en el parto.

Además, el estatus de la mujer en el hogar tiene una alta correlación con el estado nutricional de sus hijos pequeños. En tanto la consideración de la mujer aumenta, la probabilidad de que sus hijos estén desnutridos disminuye.

Así que cuando hablemos de salud del recién nacido en la próxima Conferencia Mundial de la Salud del Recién Nacido, no podremos simplemente hablar de las intervenciones en el nacimiento centradas únicamente en el recién nacido. Los primeros 28 días de vida son parte de un sistema mucho más grande y complejo, con muchos otros factores influyentes, uno de los cuales es la nutrición. Y eso es, a su vez, influido por la educación, condición social, e incluso la nutrición de sus abuelas.