



Ginecología y Obstetricia

© Sociedad Peruana de Obstetricia y Ginecología

Ginecol. obstet. 1995; 41 (2): 7

EDITORIAL

La nutrición en la mujer es un tema de importante actualidad. Su importancia será válida durante toda su vida, desde la niñez a la vejez. En realidad, desde su concepción hasta la muerte. Y si no, recordemos que una buena nutrición es esencial cuando se desarrolla el nuevo ser, durante las varias semanas en que crece en el útero -día a día algo más rápido que un edificio-, lo es, también, cuando nace la bebé y desde las primeras semanas de vida, para afrontar el ambiente totalmente diferente del que tuvo en el vientre materno; cuando se desarrolla y crece durante la niñez, -etapa crucial-, de cuyo cuidado nutricional depende su posterior desarrollo físico, hormonal, intelectual; cuando en la pubertad y adolescencia diferencia la actividad de sus sistemas endocrino, inmunológico y reproductor, entre otros; cuando desarrolla a plenitud su papel de mujer, se reproduce, gesta, lacta; después, cuando sus ovarios algo fatigados inician su declinación funcional y sus tejidos corporales modifican su turgor, firmeza y elasticidad; cuando en la madurez, su vista, su corazón y arterias, sus huesos y articulaciones, sus defensas en involución, requieren de muchos elementos nutritivos, aún no determinados a cabalidad.

¿Cuánto conocemos los ginecólogos y obstetras sobre nutrición?

¿Tenemos a mano los conocimientos sobre requerimientos energéticos y proteicos, de minerales y oligoelementos, que la mujer debe recibir en las diferentes etapas de su vida? En nuestras reuniones científicas, ¿revisamos el aspecto nutrición con frecuencia e interés? ¿Conversamos con cada una de nuestras pacientes sobre alimentación adecuada, malnutrición y sobrealimentación? A cada paciente, ¿le tomamos el peso, la talla, su perímetro braquial u otras medidas relacionadas? ¿Conocemos cómo estimar el peso corporal ideal? ¿Sabemos realmente sobre dietas alimenticias y cómo aplicarlas? ¿Sabemos comer bien, es decir, adecuadamente?

Estas interrogantes pudieran servir de estímulo para que reflexionemos sobre nuestros conocimientos y actitudes con respecto a la nutrición en la mujer. Nuestra preocupación sobre la alimentación bien puede ser nuestra gran contribución para el perfeccionamiento de la salud de la mujer, a toda edad. Y con el aliciente que, con seguridad, contribuiremos a disminuir algunas de las causas de morbimortalidad materna, de los trastornos inmunológicos, infecciosos y de reproducción que ella puede padecer, de sus complicaciones obstétricas, así como las consecuencias adversas en el feto y en el recién nacido. Al mismo tiempo, nos permitirá ingresar a un mundo fascinante que se extiende más allá de límites conocidos.

El Director