

Embarazo, diabetes y nutrición: hoy se realizará un importante taller en el hospital Schestakow

09/02/2024



Dirigido a mujeres embarazadas (con o sin diagnóstico de diabetes), y a la comunidad en general, se llevará adelante un taller que tiene el objetivo de que aprendan cuáles son los nutrientes críticos en el embarazo. Sobre este tema brindó algunos detalles mediante FM Vos (94.5) y Diario San Rafael, la licenciada Verónica Segura, quien será una de las profesionales a cargo.

Hoy viernes desde las 10.30 en el auditorio central del hospital Schestakow (ingreso por Emilio Civit), tendrá lugar este taller que no requiere inscripción previa y que está destinado a toda la comunidad, aunque con especialidad a las mujeres embarazadas. La adecuada alimentación de la mujer durante el embarazo es de vital importancia, ya que existen nutrientes con características especiales que en esta etapa es

fundamental aprender a incorporar. La idea es que estos alimentos no impliquen riesgos ni complicaciones maternas ni fetales. “Esto es para un normal desarrollo del bebé y para mantener las funciones de la mamá; y sirve para destacar algunas complicaciones como es la diabetes gestacional que según datos de la Asociación Argentina de Diabetes, ha ido en aumento en el último tiempo, ya que más o menos el 5% presenta esta complicación”, señaló la licenciada Segura. Es que existe un mayor riesgo de desarrollar inconvenientes tanto en la madre como en el recién nacido, los que son prevenibles mediante un diagnóstico precoz y un tratamiento oportuno. “La diabetes gestacional puede ocurrir a partir de las 20 semanas de gestación”, aclaró y agregó que mediante una prueba de tolerancia a la glucosa, se puede saber si esa mamá tiene esta enfermedad o no.

“Hay ciertos factores de riesgo como tener algún familiar de primer grado con diabetes, por ahí la edad, empezar el embarazo con un exceso de peso, pero generalmente ocurre por un desorden o aumento de las hormonas que producen la diabetes estacional”, destacó.

Algo complicado es que si bien muchas madres pretenden “comer bien”, algo que complica todo es el acceso a los alimentos teniendo en cuenta la economía, ya que “justo lo más caro es lo que hace falta”, por lo que se buscan alternativas, como el hierro de la carne que se encuentra presente en alimentos de origen vegetal y que son algo más accesibles (acelga, espinaca). Así, se facilitan estrategias para conseguir esas comidas útiles.

Organizan en conjunto los servicios de Nutrición y Alimentación, Endocrinología y Diabetología y Maternidad, y será dictado por la licenciada en Nutrición Verónica Segura, quien estará acompañada por la licenciada Mayra Morán.