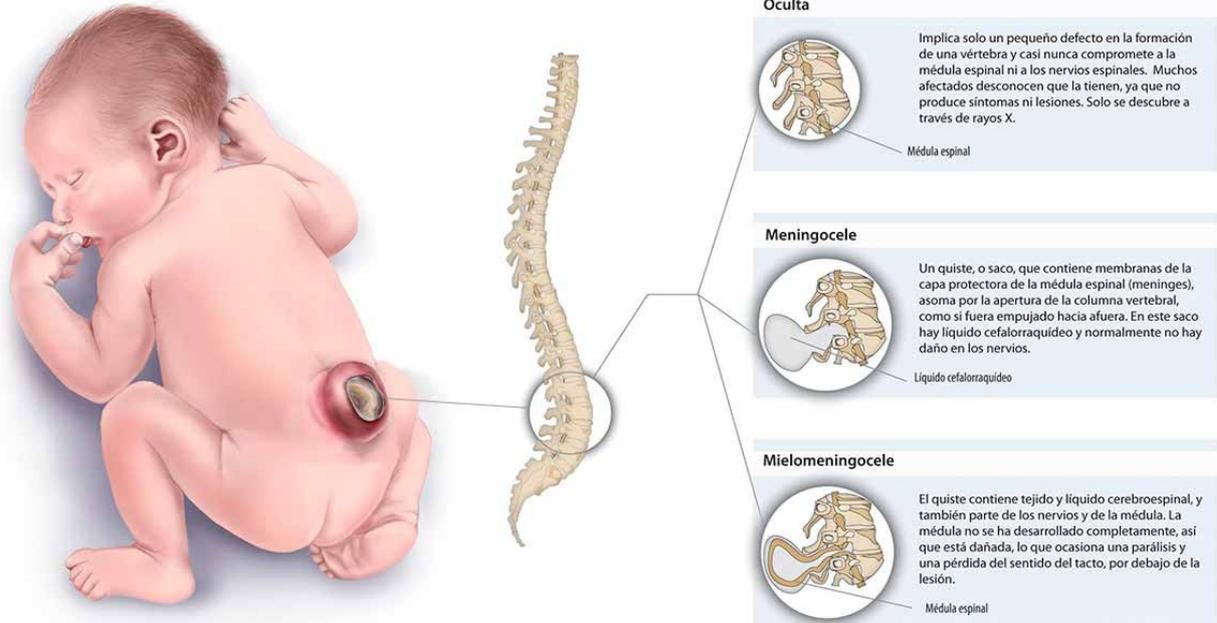


# Hoy se conmemora el Día Internacional de la Espina Bífida

## Tipos de Espina Bífida



La espina bífida es una patología que afecta a gran parte de la población, por lo que tiene su día con el fin de generar conciencia. Fundamiel es una entidad que trabaja con las personas que tienen este problema, y una de sus integrantes es Gisela Caballero, quien dialogó al respecto con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael.

Primeramente, Caballero aclaró que la espina bífida no es una enfermedad sino que se trata de una patología con características propias, y que tiene muchas posibilidades de evitarse si se hace prevención. “Si realmente tomamos la planificación familiar, podemos evitar muchos casos de nacimientos con espina bífida e hidrocefalia”, dijo y agregó que en más del 90% de los casos, el defecto en el cierre del tubo neural en las primeras semanas de gestación, se produce solamente por falta de una vitamina: el ácido fólico. Eso es lo que va a darles mejores condiciones de vida a los hijos. Si bien existe un pequeño porcentaje que es multicausal, en la gran mayoría la falta de ácido fólico genera la patología.

Si bien en internet se encuentran muchos alimentos con esta vitamina, al cocinarlos la misma se pierde, y de allí la importancia de tener un mejor asesoramiento nutricional. Lo mejor, es pedirle al médico de cabecera información sobre los niveles de ácido fólico. “Me parece que el boca en boca va a ser la mejor manera de concientizarnos; las mujeres a partir de que comienzan con su primera menstruación deberían empezar a trabajar en esto, para poder llegar a un momento de la maternidad con la suficiente cantidad de ácido fólico para que esta patología no se produzca”, explicó y añadió que conocer esto, que puede prevenirse y que existe todo el derecho de pedirle al médico un análisis, es fundamental. Además, los medicamentos con ácido fólico tienen bajo costo y están en un

---

plan de salud nacional, por lo que se consigue gratuitamente.

Esto no se trata de un problema que afecte a un estrato social más que a otros, porque si bien es algo de carácter alimenticio, los alimentos que poseen esta vitamina no son costosos tampoco.

Es muy importante que la mujer con vida sexual activa conozca esto, como así también que las pastillas anticonceptivas hacen un pequeño barrido del ácido fólico.

Si bien logran salir adelante dentro de sus posibilidades, los niños con espina bífida deben pasar por múltiples operaciones y tratamientos. “Son niños que intelectualmente no tienen ninguna dificultad, que socialmente son súper adaptables, pero la sociedad a veces no es adaptable y eso es algo contra lo que tenemos que luchar”, lamentó y remarcó que “este 21 de noviembre tiene que ver con que podamos tomar conciencia de la prevención”.

Vos FM 94.5 · Hoy se conmemora el Día Internacional de la Espina Bífida