

Renut (2011) 5 (15) 775-781

## **Consumo de hierro durante el embarazo en gestantes atendidas en los Establecimientos de primer nivel de atención - Dirección de Salud V Lima Ciudad**

Roza Elena Cruz Maldonado<sup>1</sup>, Elizabeth Carbajal Zegarra<sup>2</sup>, Claudia Luján<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Nutricionista miembro del equipo técnico- Responsable del Área de Capacitación, Educación e Investigación de la Unidad y Estrategia Sanitaria de Alimentación y Nutrición Saludable de la DISA V Lima Ciudad, Maestría en Administración de Servicios de salud. Maestría en Salud Pública, Pas-Vice decana del Consejo Regional IV del Colegio de Nutricionistas del Perú. Email: rositacruzma@hotmail.com

<sup>2</sup> Nutricionista Jefe de la Unidad de Nutrición y responsable de la Estrategia Sanitaria de Alimentación y Nutrición Saludable de la DISA V Lima Ciudad, Maestría en Educación Alimentaria y Nutricional. Pas-Vice decana del Consejo Regional IV del Colegio de Nutricionistas del Perú Email: elitacarbajal@hotmail.com

<sup>3</sup> Nutricionista Responsable de la Estrategia Sanitaria de Alimentación y Nutrición Saludable de la Red de Salud Rímac-SMP-LO, Maestría en Salud Publica Email: klaudiacecilia@hotmail.com

**Capacidades adquiridas:** Al finalizar este artículo, los lectores podrán:

- a. Identificar en este nuevo estudio, cambios en los conocimientos, actitudes y prácticas de las gestantes atendidas en los Establecimientos de Salud respecto al consumo de hierro; según estudio basal realizado en el año 2003, ambos en 13 distritos de la Dirección de Salud V Lima Ciudad.
- b. Sustentar la necesidad de promover en las actividades educativas del personal de salud que atiende a las embarazadas en el Primer nivel de atención, la utilización frecuente y permanente de mensajes estandarizados sobre alimentación y nutrición de la gestante.
- c. Promover investigaciones que permitan determinar otros factores que influyen en las prácticas de alimentación y nutrición de la gestante con respecto al consumo de hierro.

**Palabras clave:** Anemia por deficiencia de hierro, inhibidor del hierro, hierro hemínico, biodisponibilidad del hierro, alimentos bloqueadores de la absorción del hierro, embarazo.

---

### **Resumen**

**Objetivo.** Identificar en este nuevo estudio, cambios en los conocimientos, actitudes y prácticas de las gestantes atendidas en los Establecimientos de Salud respecto al consumo de hierro; según estudio basal realizado en el año 2003, ambos en 13 distritos de la Dirección de Salud V Lima Ciudad.

**Sujetos.** Se seleccionaron en forma aleatoria a 479 gestantes, según población programada, a las cuales se les aplicó una encuesta de conocimientos, actitudes y prácticas de consumo de alimentos fuente de hierro. Los resultados de la encuesta fueron comparados con los obtenidos en la encuesta basal aplicada a 423 gestantes en el año 2003.

**Resultados.** El 78.5% de las gestantes consumen diariamente alimentos proteicos de origen animal que contienen hierro hemínico de alta biodisponibilidad mostrándose un incremento de 15.8% con respecto al estudio basal; el 53.2% consumen leguminosas 2 a 3 veces por semana (hierro no hemínico, de baja biodisponibilidad); registrándose una disminución de 26.8% en relación al estudio basal; el 64.7% de gestantes están consumiendo el hierro elemental a través del suplemento, mostrándose un incremento de 6.33% con relación al estudio basal y el 51% de estas mujeres consumen el suplemento con algún líquido que contenga vitamina C ó ácido ascórbico, presentándose un incremento de 11.42% en relación al estudio basal; el 55.9% de las gestantes afirman que sino se alimentan adecuadamente durante su embarazo el niño puede nacer pequeño o con bajo peso, encontrándose un incremento de conocimiento de 43.5% en relación al estudio basal.

**Conclusión.** En el año 2007, después de aplicar un plan estandarizado de capacitación y sensibilización en el personal de salud que atiende a las gestantes, se evidenció mejoras en el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas sobre consumo de hierro en las gestantes con respecto a los resultados de la encuesta del año 2003, sin embargo consideramos recomendable establecer estrategias de intervención educativa a través de un medio radial o televisivo con profesionales especializados que puedan reafirmar esta y una serie de información a la comunidad.