

EL CONSUMO DEL ÁCIDO FÓLICO EN EL EMBARAZO Y SU POTENCIAL BENEFICIO

Autor principal:

CONCEPCIÓN
CASTILLO
MANZANO

Segundo co-autor:

MARTA
CASTRO
ARJONA

Área temática:

Calidad y Prácticas Seguras en el área de Enfermería Obstétrico-Ginecológica

Palabra clave 1:

Ácido fólico

Palabra clave 2:

Defectos del tubo neural

Palabra clave 3:

Educación prenatal

Palabra clave 4:

Anomalías congénitas

Resumen:**RESUMEN ESTRUCTURADO:**

Objetivo: El presente trabajo tiene como objetivo principal analizar la falta de conocimiento que hay en un estrato muy concreto de la sociedad, la población femenina en edad fértil, acerca del beneficio de consumo de ácido fólico antes y después del embarazo para evitar defectos del tubo neural en el neonato. Por otro lado, nos fijamos como objetivo secundario concretar el momento idóneo de toma de ácido fólico (AF).

Método: La realización del presente estudio, de salud pública, tipo analítico longitudinal, y más concretamente, retrospectivo, se ha llevado a cabo a través de una búsqueda bibliográfica, tomando como muestra para el estudio un total de 25 artículos, todos ellos extraídos a través de las bases de datos de Medline, Cochrane, Dialnet, Cinahl. La población diana de nuestro estudio fueron todas aquellas mujeres en edad fértil, con disposición para el embarazo.

Resultados y conclusiones: Nuestros resultados indican que, el perfil de la mujer embarazada es aquella inconsciente de los beneficios que supone la toma de ácido fólico no únicamente durante el embarazo, sino además, antes y después de éste. Además, encontramos que este desconocimiento tiene como raíz la falta de concienciación, por parte del equipo de facultativos de atención primaria, de la importancia y prevención primaria que supone este compuesto vitamínico, Mostrando también como el momento de la toma, por parte de las mujeres, del suplemento es imprescindible.

Antecedentes/Objetivos:

El conocimiento extendido del ácido fólico se hizo sonante desde el año 1991, donde fuera publicada por la Medical Research Council la certificación de la acción de AF sobre la disminución de defectos del tubo neural en RN, de madres que habían ingerido vitamina B9, alegación que hemos encontrado en un artículo sobre adecuación de la dosis de ácido fólico llevado a cabo por M. L. Martínez Frías y Grupo de trabajo del EMEC.

Los objetivos que nos marcamos en nuestro presente estudio son analizar el conocimiento actual sobre relevancia de AF en la salud de los neonatos, centrándonos en la importancia que les dan las mujeres e investigar cual es el momento idóneo para la toma del mismo, analizando falta de conocimientos por parte de las mujeres y por parte del personal sanitario.

Descripción del problema - Material y método:

- **Diseño:** El presente fue un estudio de salud pública de tipo analítico longitudinal, retrospectivo.
- **Población diana:** Todas las mujeres en edad fértil del territorio español con disposición para el embarazo.
- **Fuente de trabajo:** Búsqueda de datos en la base de datos pertenecientes a las Ciencias de la Salud, tales como Medline, Cochrane, Dialnet, Cinahl, con las palabras clave: Pregnancy; Folic Acid; Neonates; Childbearing Age; Public Health; seleccionando un total de 25 artículos y revisiones utilizando como criterios de inclusión los siguientes puntos: publicados desde 2010, con resumen disponible, en cuya temática principal se incluyera la influencia del ácido fólico tras ser ingerido por la mujer en etapa preconcepcional en el neonato.

Resultados y discusión:

La importancia de la ingesta de ácido fólico la podemos ver encuadrada en la mayoría de los artículos que hemos revisado, partiendo de la importancia que ya ofrecen el Ministerio de Sanidad y más concretamente aún la Junta de Andalucía. Cecilia de la Caridad Cruz Almaguer et al afirman que el déficit de AF tiene su principal repercusión sobre defectos de TBN, así como, bajo peso al nacer y desprendimiento de placenta; M.J. López Rodríguez et al, quienes además suman a efectos preventivos de la vitamina B9 unos niveles adecuados de homocisteína, un aminoácido no esencial que tiene efectos teratógenos, aludiendo de esta forma a la prevención de abortos de repetición y preeclampsia. M.P. Vaquero Rodríguez et al, enfoca la importancia del AF sobre la prevención de aparición de anemia megaloblástica, sumando también la idea aportada por F. Suárez-Obando et al quién ya enfoca el tema a la importancia de comenzar la ingesta en la preconcepción. Queda corroborada la importancia de usar el suplemento en la etapa preconcepcional con el artículo Eva M. Navarrete Muñoz et al, donde realizan un estudio en mujeres de la población valenciana, comparando la toma de ácido fólico durante distintas etapas. También obtenemos la necesidad de mejorar la información a la población y al equipo de salud, en artículos como el de Dr. P.Lorenzo Rodríguez Domínguez y la Dra. I. Collazo Cantero junto al de E. Sobrino- Sorinas et al y finalizando además con J. González de Dios y C. Ochoa Sangrador quién también hace alusión a la deficiencia de conocimientos en los profesionales de la salud.

Respecto a la discusión, enfrentamos el momento idóneo de la toma, un estudio realizado por Sonia Uceira- Rey et al, publicado en la Revista “Matronas Profesión”, verifica que el inicio de la ingesta de ácido fólico se lleva a cabo, al menos, un mes antes de la concepción en el 26,8% de las gestantes, cifras superiores a las estimadas por el Ministerio de Sanidad y Consumo, aunque próximas a las de otros estudios publicados.

Coinciden por su parte en reconocer la existencia de diferentes aspectos como el desconocimiento tanto en mujeres como profesional sanitario, el artículo de Coll O et al y Knudsen V. Esta falta de conocimiento lleva a la idea expuesta por Eugenio Sobrino, Antonio Jover Palmer y Camps y Ramón Roca de que hay una importante necesidad de plantear una reflexión en los diferentes centros de atención sanitaria para impartir educación sanitaria a mujeres, partiendo principalmente de la idea de que esta educación se utilice como prevención ante los defectos en los futuros recién nacidos y en las mujeres embarazadas y enfocando como podemos encontrar en el desarrollo de nuestra revisión la idea de que la Atención Primaria es el lugar más adecuado para llevarla a cabo y de esa manera formar a la población formando a los sanitarios previamente.

Aportación del trabajo a la seguridad del paciente:

Nos encontramos ante un trabajo donde la base está en la educación maternal adecuada tanto a nivel de preconcepción como durante la gestación. Teniendo en cuenta que la educación en salud es una de las fortalezas que presenta nuestro sistema de salud, podemos clarificar que una de las aportaciones que hace esta revisión será sobre la seguridad del paciente. Por un lado incidimos en la importancia de la nutrición en mujeres embarazadas, lo cual supone un punto a favor hacia la prevención de posibles complicaciones durante la gestación. Por otro lado y como base estrella de nuestro trabajo, hemos incidido en la importancia de administrar ácido fólico a las mujeres gestantes. Respecto a esta vitamina para fomentar aún más la seguridad del paciente hemos enfocado la revisión en resumir cual es el momento idóneo para comenzar con la suplementación y por otro lado especificamos la cantidad sugerida actualmente como la adecuada. Teniendo en cuenta que el ácido fólico tiene como función principal prevenir defectos posibles en el futuro recién nacido o por otro lado prevenir anemia en la gestante.

Propuestas de líneas futuras de investigación:

Después de realizar esta revisión hemos podido comprobar que aspectos, con respecto a efectos y administración del ácido fólico en las mujeres han sido más estudiados y cuales menos con respecto al momento de la gestación. Sería interesante a partir de este punto comenzar a investigar acerca de los países como, Estados Unidos y Canadá, donde está tan instaurada la idea de necesidad de aumentar la ingesta de ácido fólico, partiendo de la creación de alimentos con fortificación de folatos, como por ejemplo los productos de granos de cereales. Como menciona Virginia Rodríguez et al, esta sugerencia de fortificación de los alimentos no ha sido aplicada aún en Europa.

De esta manera se llevaría también a investigar como incide esa idea de fortificar ciertos alimentos con vitaminas o minerales en la prevención de defectos congénitos u otros problemas en la gestación e incluso de que manera podría disminuir la importancia o no, de ingerir suplementos vitamínicos o minerales en las gestantes o futuras gestantes.

Bibliografía:

1. Cruz Almaguer Cecilia de la Caridad, Cruz Sánchez Leticia, López Menes Marta, Diago González Jesús. Nutrición y embarazo: Algunos aspectos generales para su manejo en la atención primaria de salud. Revista Habanera de Ciencias Médicas [revista en internet] 2012 [acceso en Febrero del 2016]; 11(1): [168-175]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2012000...
2. Navarrete Muñoz Eva M., Giménez Monzó Daniel, García de la Hera Manuela, Climent

M^oDolores, Rebagliato Marisa, Murcia Mario et al. Ingesta dietética y de suplementos de ácido fólico en mujeres embarazadas en Valencia. Elsevier [revista en internet] 2010 [acceso en Febrero de 2016];135(14):[637-643].Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-articulo-ingesta-di...>

3.Rodríguez Domínguez PL, Collazo Cantero I. Embarazo y uso del ácido fólico como prevención de los defectos del tubo neural. Revista Médica Electrón [revista en internet]. 2013 Mar-Abr [acceso en febrero del 2016]; 35(2).Disponibleen: <http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20medica/ano%202013/vol2%202013/te...>

4.Sobrino Sorinas E., Jover Palmer A., Roca Baeza R. Ácido fólico antes de la concepción. Teoría y práctica. Cartas al editor [Internet].2004 [acceso en Marzo del 2016]122(12):[477-9] Disponibleen:http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pidet_articulo=1306...
