PATRÓN NUTRICIONAL DE GESTANTES DE LA MICRORRED CONO SUR EN TACNA – PERÚ, 2024

Nutritional Pattern of Pregnant Women in the Cono Sur Micro-network in Tacna – Perú, 2024

Elena Clara Quispe Cahuata (1a)
Fiorella Paulett Maquera Quispe (1b)
Esperanza América Barrios Aguilar (1c)
Carmen Ysidora Medina Manrique (1d)

1 - Región de Salud de Tacna, Perú
a - Magister en Salud Pública
b - Médico Gineco Obstetra
c - Especialista en Monitoreo Fetal y Diagnóstico por Imágenes en Obstetricia
d - Especialista en Salud Reproductiva

RESUMEN

Objetivo: Identificar el patrón nutricional de gestantes de la Microrred Cono Sur, en Tacna 2024.
Material y métodos: Tipo cuantitativa, no experimental de corte transversal, descriptivo, con una muestra de 286 puérperas. Se utilizó un cuestionario de frecuencia de consumo de grupos de alimentos semi cuantitativo, previamente validado. El CFCGA se organizó en 13 grupos de alimentos: Lácteos y derivados, proteínas, verduras, tubérculos, cereales y derivados, frutas, frutos secos, aceite de oliva, agua, embutidos, otras grasas, repostería industrial, azúcares y alcohol. Para la identificación del patrón nutricional se establecieron tres categorías: Consumo menos de lo recomendado, consumo recomendado y consumo más de lo recomendado, de acuerdo a los requerimientos establecidos.
Resultados: El patrón nutricional presenta mayoritariamente, una ingesta menor a la recomendada en lácteos, verduras, aceite de oliva y frutos secos con 95,8%; 88,8%; 100% y 72,7% de gestantes, respectivamente. Presenta una ingesta recomendada en más de la mitad, en frutas (61,9%) y agua (68,2%). Presenta una ingesta mayor a la recomendada en tubérculos (38,8%) y proteínas (54,9%). Los azúcares se consumen más de una vez al día (60,8%) y otras grasas se consumen a diario (68,2%). En cuanto al consumo de raciones recomendadas de los grupos básicos de alimentos, el 46 % de gestantes cumple con un grupo de alimento y el 1 % cuatro grupos de alimentos.
Conclusión: El patrón nutricional de la gestante no sigue las recomendaciones del número de raciones diarias necesarias durante el embarazo.

Palabras clave: patrones dietéticos, nutrición en el embarazo, embarazo.

ABSTRACT

Objective: To identify the nutritional pattern of pregnant women in the Cono Sur Micro-network, Tacna 2024.
Material and method: This was a quantitative, non-experimental, cross-sectional, descriptive study, with a sample of 286 postpartum women. A semi-quantitative food frequency questionnaire, previously validated, was used. The CFCGA (Food Consumption Frequency Questionnaire) was organized into 13 food groups: Dairy and derivatives, proteins, vegetables, tubers, cereals and derivatives, fruits, nuts, olive oil, water, processed meats, other fats, industrial confectionery, sugars, and alcohol. To identify the nutritional pattern, three categories were established: Consumption less than recommended, recommended consumption, and consumption more than recommended, according to established requirements.
Results: The nutritional pattern predominantly shows a lower-than-recommended intake of dairy, vegetables, olive oil, and nuts, with 95.8%, 88.8%, 100%, and 72.7% of pregnant women, respectively. Over half the women showed a recommended intake of fruits (61.9%) and water (68.2%). There was a higher-than-recommended intake of tubers (38.8%) and proteins (54.9%). Sugars were consumed more than once a day by 60.8%, and other fats were consumed daily by 68.2%. Regarding the consumption of recommended servings of basic food groups, 46% of pregnant women met the recommendation for one food group, and 1% for four food groups.
Conclusion: The nutritional pattern of pregnant women does not follow the recommended number of daily servings required during pregnancy.

Keywords: prenatal nutrition, dietary patterns, pregnancy

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el incremento de los problemas de salud relacionados con la nutrición se ha incrementado considerablemente como ser el sobrepeso y la obesidad enmarcados en la malnutrición (1). A nivel de Sudamérica las mujeres inician su embarazo con sobrepeso y obesidad en Brasil, Colombia y Uruguay en el 47,5%, 39,9% y 32,6% respectivamente. En nuestro país esta prevalencia es mayor con un 63,8% (2). El departamento de Tacna, así como Moquegua e Ica son las diresas con mayores proporciones de sobrepeso 50% (3).

Evidenciándose que el problema de malnutrición es prevalente en el sexo femenino (4), el proceso de embarazo se ve ya afectado por este estado de salud previo, ya que la gestante mantiene los hábitos alimentarios durante su embarazo que definitivamente van a determinar su estado nutricional y el de su producto, lo que se manifestará en la ganancia de peso y el peso del recién nacido (5) .

Considerando que el departamento de Tacna es uno de los departamentos con el más alto índice de macrosomía fetal (6), podríamos deducir que los hábitos alimentarios de la gestante no corresponderían a una alimentación saludable, ya que este período requiere de la ingesta del número de porciones recomendadas de los diferentes grupos de alimentos para satisfacer los requerimientos nutricionales que esta etapa demanda (7,8).

Por tanto, la gestante debe consumir los diferentes grupos indispensables de alimentos, como son: los cereales y tubérculos, las menestras, carnes de ave, pescado, vísceras, huevo, lácteos, oleaginosas, frutas y verduras (9).

Según las directrices existentes para una alimentación saludable durante el proceso de gestación, la ingesta diaria recomendada para los diferentes grupos de alimentos es: para lácteos y derivados, 3 a 4 raciones por día; para tubérculos, cereales y derivados, 4 a 5 raciones; para verduras y hortalizas, 2 a 4 raciones; para frutas, 2 a 3 raciones; para aceite de oliva, 3 a 6 raciones; para frutos secos, 2 a 4 puñados por semana; para proteínas, 2 raciones por día; y para agua, 4 a 8 vasos diarios. Respecto a los alimentos no indispensables, como embutidos, otras grasas, repostería industrial y azúcar, su consumo debe ser ocasional (7–9), y el alcohol no debiera consumirse en ningún caso (10).

La presente investigación tiene por objetivo general identificar el patrón nutricional de las gestantes de la Microrred Cono Sur Tacna durante el año 2024, así como identificar la ingesta diaria de raciones recomendadas para cada uno de los grupos de alimentos e identificar la ingesta diaria de raciones recomendadas de los grupos básicos de alimentos.

MATERIAL Y MÉTODOS

La presente investigación es de diseño de tipo cuantitativo, no experimental, de corte transversal. Estudio descriptivo con población correspondiente al total de gestantes atendidas en la Microrred Cono Sur, que tuvieron su parto en el Centro de Salud San Francisco y Hospital Hipólito Unanue de Tacna, durante el año 2024. La muestra estuvo conformada por 286 puérperas, seleccionada mediante muestreo probabilístico estratificado proporcional. La entrevista se realizó inmediatamente ocurrido el parto, indagándose sobre su alimentación durante todo el embarazo. Se utilizó un cuestionario de frecuencia de consumo de grupos de alimentos basado en un sistema de intercambios (11), adaptado a nuestro medio, semi cuantitativo y validado previamente (V de Aiken 95%). Se utilizó una lista de alimentos nacionales propios de la región considerando los requerimientos nutricionales durante la gestación, estableciendo como medida orientativa los utensilios de uso común. Se agrupó los alimentos en 13 grupos: Alimentos saludables: 1. Lácteos y derivados; 2. Carnes, pescados, huevos y legumbres; 3. Tubérculos, Cereales y derivados; 4. Verduras y hortalizas; 5. Frutas; 6. Frutos secos; 7. Aceite de oliva; 8. Agua y Alimentos no saludables: 9. Embutidos; 10. Otras grasas; 11. Repostería industrial,12. Azúcares y 13. Alcohol. Se consideró como grupos básicos de alimentos a los grupos del 1 al 5. Para la identificación del patrón nutricional, se basó en los requerimientos nutricionales por día durante la gestación, para lo cual se establecieron tres categorías: consumo menos de lo recomendado, consumo recomendado y consumo más de lo recomendado. Para el caso de alimentos no saludables se consideró recomendado, máximo hasta una vez por semana. El análisis estadístico se realizó mediante un análisis univariado con medidas descriptivas como valores absolutos y relativos de cada una de las variables categóricas.

Los autores de la presente investigación tuvieron en cuenta los criterios de: a) respeto, beneficencia, no maleficencia y justicia. (b) Participación voluntaria, previo consentimiento informado y firmado. (c) Los investigadores se manifiestan mediante una declaración jurada que no presentan conflicto de intereses. Se utilizó como fuente de datos la correspondiente al proyecto de investigación titulado “Actividad física y alimentación asociados a macrosomía fetal en gestantes de la Microrred Cono Sur, Tacna 2024” de autoría del investigador principal del presente artículo, aprobado por la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna.

RESULTADOS

Apreciamos que el grupo etario entre 20 a 34 años es el más predominante con un 71,7%, así mismo evidenciamos un 22,4% de gestantes añosas y un 5,9% de gestantes adolescentes. El estado civil conviviente es el mayoritario con un 82,5%. En cuanto al grado de instrucción tenemos que el 64,7 % tiene el nivel secundario y solo el 4,2% presenta un nivel primario. En

cuanto a la ocupación el 50% de gestantes es ama de casa y el 50% restante trabaja fuera del hogar, evidenciándose que un 18,9% se dedica a ventas (Tabla 1).

TABLA 1: CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DE GESTANTES DE LA MICRORRED CONO SUR, TACNA 2024

Características sociodemográficas		N = 286	100%
Grupo etáreo	20 - 34	205	71,7
	35 a más	64	22,4
	Menos de 20	17	5,9
Estado civil	Soltera	22	7,7
	Conviviente	236	82,5
	Casada	28	9,8
Grado instrucción	Primaria	12	4,2
	Secundaria	185	64,7
	Superior no universitaria	52	18,2
	Superior universitaria	37	12,9
Ocupación	Ama de casa	143	50,0
	Ama de casa remunerada	8	2,8
	Auxiliar	22	7,7
	Estudiante	8	2,8
	Obrera	21	7,3
	Profesional	15	5,2
	Técnico	15	5,2
	Vendedora	54	18,9

Observamos que el 64,3% de gestantes inician su embarazo con sobrepeso u obesidad, asimismo el 49,7% presentó una ganancia excesiva de peso durante el embarazo y solo el 26,6% tuvo una ganancia adecuada. El 67,1% son multigestas y el 26,2% primigestas. También observamos que el 57,3% no presenta antecedente de parto abdominal y el 92% tuvo su parto con gestación a término (Tabla 2).

TABLA 2: CARACTERÍSTICAS OBSTÉTRICAS DE GESTANTES DE LA MICRORRED CONO SUR, TACNA 2024

Características obstétricas		n = 286	100%
Ganancia de peso	Escasa	68	23,8
	Adecuada	76	26,6
	Excesiva	142	49,7
Paridad	Primípara	109	38,1
	Multípara	167	58,4
	Gran Multípara	10	3,5
N.° de cesáreas	Ninguna	164	57,3
	1-2 cesáreas	110	38,5
	3 a más cesáreas	12	4,2
Edad gestacional al parto	A término	263	92,0
	Post término	23	8,0

El 62,6% de los partos fueron eutócicos y el 53,5% de los recién nacidos fueron de sexo masculino. En cuanto al peso al nacer, el 83,2 % presentó un peso normal, mientras que solo un 5,6 % tuvo peso insuficiente (Figura 1).

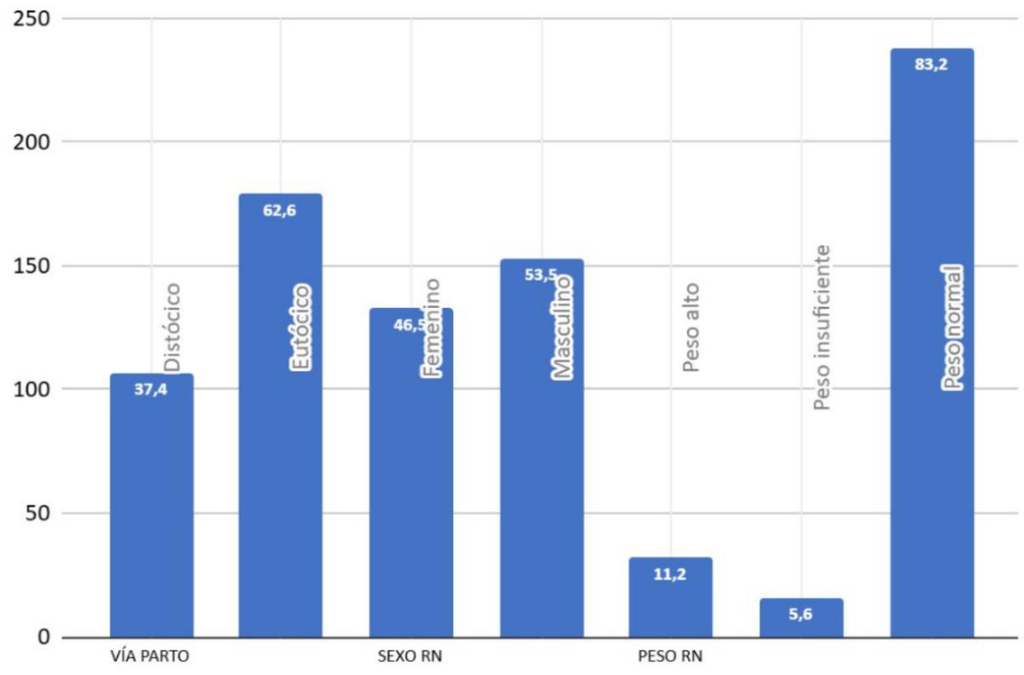


FIGURA 1: CARACTERÍSTICAS DEL RECIÉN NACIDO DE GESTANTES DE LA MICRORED CONO SUR, TACNA-2024

Apreciamos según los diferentes grupos de alimentos: en cuanto a lácteos el 95,8 % de gestantes consume menos de lo recomendado; en el grupo de tubérculos y cereales, el 38,8 % consume más de lo recomendado; en el grupo de verduras, el 88,8 % consume menos de lo recomendado; en el grupo de frutas, el 61,9 % consume lo recomendado; en cuanto a las proteínas, el 54,9 % consume más de lo recomendado; el 100 % no consume aceite de oliva según lo recomendado; en el grupo de frutos secos, el 72,7 % consume menos de lo recomendado; y en cuanto al agua, el 68,2 % de gestantes consume lo recomendado (Figura 2).

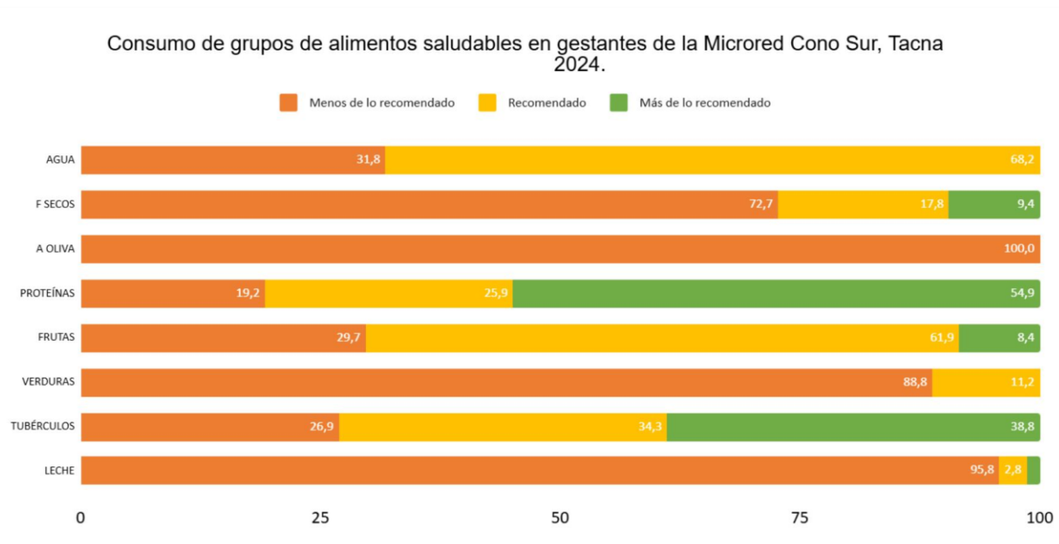


FIGURA 2: CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS SALUDABLES EN GESTANTES DE LA MICRORRED CONO SUR, TACNA-2024

Apreciamos que los embutidos, repostería industrial y alcohol son consumidos de manera ocasional por el 92,70 %; 60,5 % y 100 % de gestantes respectivamente. En cuanto a las grasas el 68,2 % lo consume de forma diaria; además, los azúcares se consumen más de una vez al día en el 60,8 % de gestantes (Figura 3).

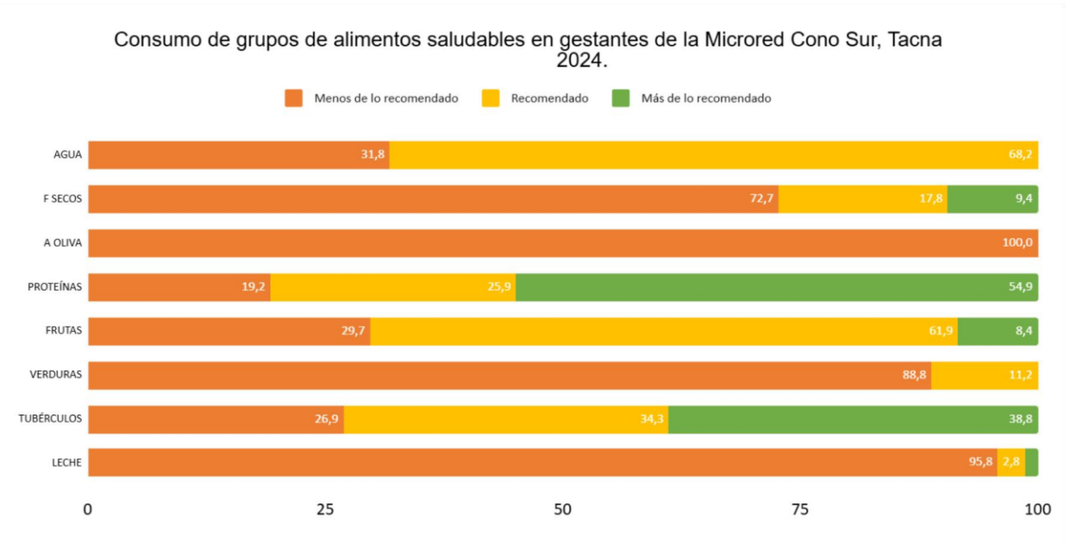


FIGURA 3: CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS EN GESTANTES DE LA MICRORRED CONO SUR, TACNA

En cuanto a la ingesta recomendada de los grupos básicos de alimentos, tenemos que el 46 % de gestantes solo cumple con un grupo de alimento, el 32 % dos grupos de alimentos, el 7 % tres grupos de alimentos, y el 1 % cuatro grupos de alimentos. Observamos un 14 % de gestantes que no consume las raciones recomendadas en ningún grupo de alimentos.

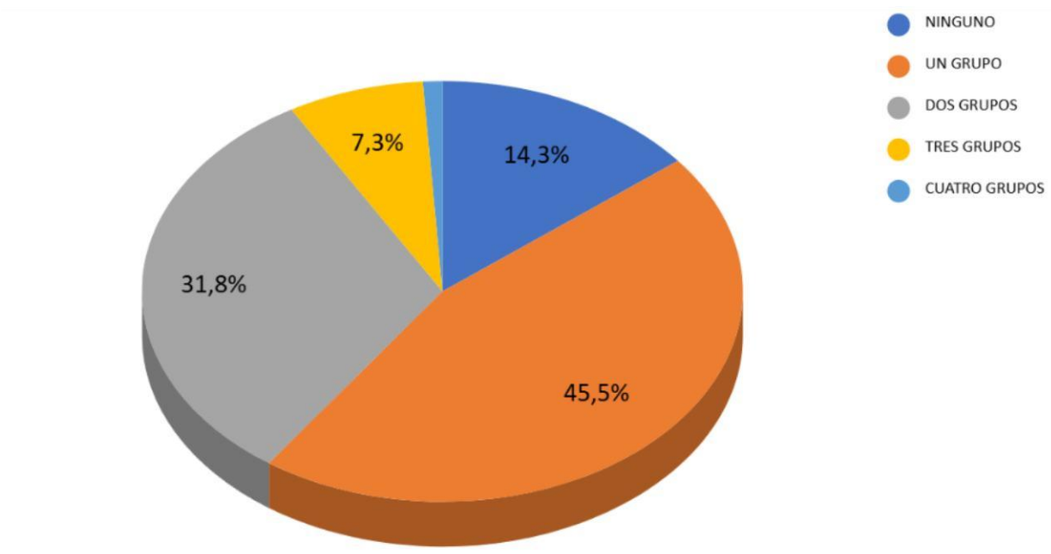


FIGURA 4: CONSUMO DE GRUPOS BÁSICOS DE ALIMENTOS EN GESTANTES DE LA MICRORED CONO SUR, TACNA-2024

DISCUSIÓN

En grupo etario predominante en la población de estudio es el de 20 a 34 años con un 71,7%, siendo esta una etapa apropiada para la maternidad, así mismo evidenciamos que el 40,1% de gestantes presenta una educación superior y el 50% de gestantes trabaja, contribuyendo al sostenimiento de su familia.

Se halló que el 64,3% de gestantes inicia su embarazo con sobrepeso u obesidad y el 49,7% tuvo una excesiva ganancia de peso durante el embarazo; así mismo, un 11,2% de recién nacidos tuvieron peso alto, evidenciando con ello problemas de malnutrición que incidirían en la salud del niño debido a los hábitos alimentarios que la gestante trae consigo.

Con respecto al consumo de los grupos de alimentos saludables en cuanto a las raciones recomendadas por día, tenemos que, para lácteos, verduras, aceite de oliva y frutos secos, se halló que la mayoría de gestantes presenta un consumo menor a lo recomendado 95,8%; 88,8%; 100% y 72,7%, respectivamente. Igualmente encontró, Sayed (12) en el grupo de lácteos y verduras, Ming (13) en el grupo de verduras y frutas 7 %, Mahfouz (14) en proteínas, grasas insaturadas y fibra y vitaminas, minerales y fibra y Yurivilca (15) bajo consumo de proteínas en el 60% de las gestantes.

Observamos que en muchas realidades el aporte deficiente de proteínas, vitaminas, minerales y fibra; que aportan los alimentos como las carnes, legumbres, lácteos, verduras y frutas, se relacionaría con complicaciones durante el embarazo (enfermedad hipertensiva, diabetes gestacional, desnutrición del niño, entre otros daños) (1,12).

En el presente estudio, se encontró un consumo recomendado de frutas y agua. Si bien el agua no aporta nutrientes directamente, su consumo es indispensable para el mantenimiento de diversas funciones orgánicas, siendo la hidratación su principal beneficio. Otros estudios también hallaron un consumo recomendado similar al nuestro: Yurivilca (15) reportó un 92% en frutas y verduras y un 81% en agua, mientras que Sayed (12) encontró un consumo adecuado en proteínas, frutas y grasas.

Contrariamente encontramos un consumo mayor a lo recomendado de proteínas 54,9%, lo que evidenciaría el trabajo realizado en promoción, prevención y tratamiento de la anemia, en el presente trabajo se consideró en el grupo de proteínas la variedad de menudencias y menestras, siendo accesibles al consumo de la gestante. Asimismo, se halló un consumo mayor a lo recomendado de tubérculos y cereales (38,8%), aunque este no supera al 50% de gestantes. Similarmente, Sayed (12) halló un consumo mayor a lo recomendado en el grupo de cereales, 94,5% de las gestantes, lo que podría relacionarse con la excesiva ganancia de peso.

Por lo expuesto, podemos afirmar que, en las poblaciones de gestantes estudiadas, el consumo de alimentos que aportan los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo del embarazo no es el recomendado en más de la mitad de las gestantes. Si bien es cierto se consumen todos los grupos de alimentos, estos no son ingeridos en número de raciones por día según lo requerido y más aún en algunos entornos no son consumidos en absoluto. Tal es el caso de las grasas insaturadas (aceite de oliva, frutos secos) que aportan grasas saludables, indispensables para el mantenimiento de la salud. Las grasas si son consumidas pasan por un proceso de elaboración o de cocción que las convierte en saturadas, siendo este estado perjudicial para la salud en cualquier etapa de vida. El presente estudio vio por conveniente investigar estos grupos de alimentos.
Respecto al consumo de alimentos no saludables considerados en el presente estudio en los grupos de embutidos, otras grasas, repostería industrial, azúcares y alcohol, estos no aportan principalmente, los nutrientes que el organismo necesita y muchos de ellos son alimentos procesados, contienen grasas saturadas y son ricos en azúcares, ocasionando su

consumo excesivo perjuicio a la salud y están relacionados a problemas de sobrepeso y obesidad. Se encontró que los embutidos (92,70%), la repostería industrial (60,5%) y el alcohol (100%) se consumen de manera ocasional. En el grupo de otras grasas encontramos que el 78% de gestantes las consume diariamente, y con respecto a los azúcares el 60,8% consume más de una vez al día.

De igual forma encontró Mahfouz (14) una ingesta excesiva de grasas y azúcares. Chaven (16) halló que el 32,69 % de gestantes presentó un consumo alto de bebidas azucaradas. Respecto al consumo de alcohol, Ruiz (17) reportó que el 71,7% consumió alcohol solo o combinado durante el embarazo. En nuestro encontramos que el 100% de gestantes no consumió alcohol y si lo hizo fue una sola vez porque no conocían de su embarazo.

Considerando los grupos básicos de alimentos, solo el 1% de las gestantes consume los cinco grupos de alimentos según las raciones recomendadas. Un importante 45%, consume solo un grupo de alimentos en cantidad recomendada. Asimismo, existe un 14% que, si bien consume todos los grupos de alimentos, no lo hace en el número de raciones recomendadas. De forma similar, Tayyem (18) encontró que solo el 1,1% de las gestantes consumió el número recomendado de porciones para los cinco grupos de alimentos, y el 10,2% no consumió el número mínimo de porciones, el 50% cumplió con las porciones diarias para tres grupos de alimentos y solo el 75% para uno o dos grupos de alimentos.

Es necesario enfatizar la importancia del consumo de grupos de alimentos en sus raciones requeridas, para obtener así el aporte nutritivo necesario y lograr un estado de salud óptimo del binomio madre-niño.

CONCLUSIONES

La mayoría de gestantes presenta una ingesta inferior a la recomendada en lácteos (95,8%), verduras (88,8%), aceite de oliva (100%) y frutos secos (72,7%). Presenta una ingesta recomendada en más de la mitad, en frutas (61,9%) y agua (68,2%). Presenta una ingesta mayor a la recomendada en tubérculos y cereales (38,8%) y proteínas (54,9%). Los azúcares se consumen más de una vez al día (60,8%) y otras grasas a diario (68,2%). Considerando los principales grupos de alimentos, el 46% de gestantes consume lo recomendado en solo un grupo y el 1% cuatro grupos de alimentos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Fonseca Gonzáles Z. La malnutrición; problema de salud pública de escala mundial. Multimed [Internet]. 2020 [citado 8 de agosto de 2022];24(1). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182020000100237
2. Agudelo-Espitia V, Parra-Sosa BE, Restrepo-Mesa SL. Factores Asociados con la Macrosomía Fetal. Rev Saude Publica [Internet]. 2 de diciembre de 2019 [citado 9 de febrero de 2022];53:1–10. Disponible en: http://www.scielo.br/j/rsp/a/m6GPfPYqHkkRTgz9DFffmpN/?lang=en
3. Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Salud, Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. 2020 Informe Gerencial SIEN HIS Estado Nutricional de Niños y Gestantes que acceden a Establecimientos de Salud [Internet]. 2021 [citado 4 de agosto de 2022]. Disponible en: http://www.ins.gob.pe
4. United Nations. The World´s Women2015. Trends and Statistics. Vol. 14, IEEE Transactions on Magnetics. 2015.
5. Tarqui-Mamani C, Álvarez-Dongo D, Gómez-Guizado G. Estado nutricional y ganancia de peso en gestantes peruanas, 2009-2010. Anales de la Facultad de Medicina [Internet]. 2014 [citado 5 de enero de 2025];75(2):99–105. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832014000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es
6. Ticona Rendón M, Huanco Apaza D. Macrosomía Fetal en el Perú Prevalencia, Factores de Riesgo y Resultados Perinatales. Cienc Desarro [Internet]. 17 de abril de 2019 [citado 10 de febrero de 2022];0(10):59–62. Disponible en: https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/cyd/article/view/200
7. Carbajal Azcona Á. Manual de Nutrición y Dietética. [citado 13 de octubre de 2022]; Disponible en: https://www.ucm.es/nutricioncarbajal/1
8. Sánchez A. Guía de Alimentación para Embarazadas [Internet]. España; 2015 [citado 15 de febrero de 2022]. 43 p. Disponible en: www.clotildevazquez.com,
9. Ministerio de Salud. GT Consejería Nutricional en la Gestante y Puérpera [Internet]. 2016 [citado 7 de febrero de 2022]. 57 p. Disponible en: https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/sites/default/files/2017-02/GuiaGestanteyPuerpera.pdf
10. Aros SA, San Borja Arriarán Autorizado por su Editor Francisco Barrera HQ. Exposición fetal a alcohol. Rev Chil Pediatr [Internet]. noviembre de 2008 [citado 2 de abril de 2025];79(1):46–50. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062008000700008&lng=es&nrm=iso&tlng=es
11. Goni Mateos L, Aray Miranda M, Martínez AH, Cuervo Zapatel M. Validación de un cuestionario de frecuencia de consumo de grupos de alimentos basado en un sistema de intercambios. Nutr Hosp [Internet]. 2016 [citado 7 de febrero de 2022];33(6):1391–9. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112016000600022&lng=es&nrm=iso&tlng=es
12. Omid Salehi S, Jowshan M, Pirouze M, Khazaie Y, EbrahimzadehKoor B, Karimpour F, et al. Ingesta dietética de mujeres embarazadas: Un estudio descriptivo transversal. Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo [Internet]. 3 de junio de 2020 [citado 22 de julio de 2022];13(1):54–60. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2227-47312020000100008&lng=es&nrm=iso&tlng=en

13. Wen LM, Flood VM, Simpson JM, Rissel C, Baur LA. Dietary behaviours during pregnancy: findings from first-time mothers in southwest Sydney, Australia. Int J Behav Nutr Phys Act [Internet]. 3 de febrero de 2010 [citado 23 de marzo de 2025];7. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20181084/
14. Mahfouz R, Akiki MT, Ndayra V, El Khoury R, Chawi M, Hatem M, et al. Energy, Macronutrients and Micronutrients Intake Among Pregnant Women in Lebanon: Findings from the Updated Lebanese National Food Consumption Survey (LEBANON-FCS). Nutrients [Internet]. 1 de diciembre de 2024 [citado 23 de marzo de 2025];16(23). Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39683453/
15. Yurivilca Vacas TF. Relación de la alimentación en el embarazo y la anemia en gestantes a término, atendidos en el Centro de Salud Puerto Bermudez, 2024. Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión [Internet]. 30 de diciembre de 2024 [citado 23 de marzo de 2025]; Disponible en: http://repositorio.undac.edu.pe/handle/undac/5007
16. Chaven MC, López Pacheco C, Zalazar Servino JL. Consumo de bebidas endulzadas: su contribución al valor energético total de la dieta de mujeres gestantes y su asociación con el riesgo de depresión durante el embarazo en la ciudad de Córdoba durante 2021-2023. 12 de noviembre de 2024 [citado 23 de marzo de 2025]; Disponible en: https://rdu.unc.edu.ar/handle/11086/554537
17. Ruiz-Barreto AL, Alanís-Rodríguez MT, Terrones-Martínez DI, Padrón-Martínez AC, Arízaga-Ballesteros V, Alcorta-García MR, et al. Prevalence of alcohol, tobacco, and illicit drugs consumption during teenage pregnancy: an observational, prospective, and cross-sectional study. Bol Med Hosp Infant Mex [Internet]. 1 de noviembre de 2023 [citado 23 de marzo de 2025];80(6):345–54. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462023000600345&lng=es&nrm=iso&tlng=en
18. Tayyem R, Allehdan SS, Al-Awwad N j., Alatrash RM, Mahfouz IA. Ingesta de grupos de alimentos de mujeres jordanas embarazadas basada en los tres trimestres del embarazo. Prev Nutr Food Sci [Internet]. 1 de diciembre de 2020 [citado 6 de febrero de 2022];25(4):346–52. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33505928/

CORRESPONDENCIA

Elena Clara Quispe Cahuata
elena.quispe@unjbg.edu.pe

FECHA DE RECEPCIÓN 13 de enero
FECHA DE ACEPTACIÓN 30 de abril

Elena Clara Quispe Cahuata
https://orcid.org/0000-0002-8301-5114
Fiorella Paulett Maquera Quispe
https://orcid.org/0009-0009-8274-6327
Esperanza América Barrios Aguilar
https://orcid.org/0009-0002-1560-9460
Carmen Ysidora Medina Manrique
https://orcid.org/0009-0000-5791-3490