

Las intervenciones nutricionales para las mujeres embarazadas pueden mejorar algunos resultados en materia de salud y nutrición materna e infantil, pero se requieren más estudios



Esta revisión destaca la mejora de algunos resultados maternos, infantiles y del parto a través de programas de suplementos proteicos de energía equilibrada y de distribución de alimentos durante el embarazo.

¿Cuál es el objetivo de esta revisión?

Esta revisión sistemática Campbell resume la evidencia de 15 estudios sobre el efecto de las intervenciones nutricionales para mujeres embarazadas en los resultados de salud materna e infantil.

La mala nutrición y la obesidad materna son factores de riesgo para la salud y nutrición de madres e infantes. Los programas de distribución de alimentos y suplementos proteicos de energía equilibrada mejoran algunos de estos resultados.

Las intervenciones alimentarias para prevenir la obesidad materna durante el embarazo pueden reducir el peso al nacer sin afectar a otros resultados.

¿De qué se trata esta revisión?

Una nutrición óptima desempeña un papel crucial antes, durante y después del embarazo. La mala nutrición y la obesidad materna son factores de riesgo para las complicaciones fetales y los resultados neonatales. Analizando los resultados asociados al parto, a la salud infantil y al desarrollo, esta revisión pretende evaluar la efectividad de los suplementos energético-proteicos equilibrados (BEP, por su sigla en inglés), los programas de distribución de alimentos (FDP, por su sigla en inglés) y las intervenciones alimentarias para prevenir la obesidad materna durante el embarazo.

¿Qué estudios se incluyen?

Los estudios elegibles debían ser experimentos aleatorios controlados o estudios cuasiexperimentales para evaluar el impacto de las intervenciones alimentarias (BEP, FDP e intervenciones alimentarias para prevenir la obesidad materna) en comparación con el control o la atención estándar, entre mujeres embarazadas sanas de cualquier edad, residentes en países de ingresos medios y bajos.

La revisión incluye 15 estudios, ocho de los cuales abordan la administración de suplementos BEP, cinco las FDP y dos las intervenciones para prevenir la obesidad. Los estudios incluidos corresponden principalmente a Asia (7 estudios) y luego a África (6 estudios).

¿Funcionan las intervenciones?

En general, los programas BEP y FDP tienen un efecto positivo en determinados resultados maternos e infantiles, mientras que en otros no. Los programas de prevención de la obesidad pueden reducir de forma beneficiosa el peso al nacer, aunque no afectan a otros resultados. En todos los casos, la evidencia es de calidad baja a moderada.



¿Cuán actualizada es esta revisión?

Los autores de la revisión usaron estudios publicados hasta abril de 2019.

¿Qué es Campbell Collaboration?

Campbell es una red de investigación internacional, voluntaria y sin fines de lucro que publica revisiones sistemáticas. Resumimos y evaluamos la calidad de la evidencia con respecto a las políticas sociales y económicas, programas y prácticas. Nuestro objetivo es ayudar a que las personas elijan mejores opciones y tomen mejores decisiones sobre políticas.

Acerca de este resumen

Este resumen se basa en la revisión sistemática Campbell: Lassi, Z. S., Padhani, Z. A., Rabbani, A., Rind, F., Salam, R. A., & Bhutta, Z. A. Effects of nutritional interventions during pregnancy on birth, child health and development outcomes: A systematic review of evidence from low- and middle-income countries. *Campbell Systematic Reviews*. 2021; 17:e1150. <https://doi.org/10.1002/cl2.1150>.

Agradecemos el apoyo financiero de American Institutes for Research para la producción de este resumen.

La traducción al español de este documento es cortesía de CAF-banco de desarrollo de América Latina.

Suplementos energético-proteicos equilibrados

La suplementación BEP puede mostrar una reducción de la tasa de muertes fetales, mortalidad perinatal, bajo peso neonatal, bebés pequeños para su edad gestacional y un aumento del peso al nacer de 107,3 g, lo que es clínicamente significativo en aquellos países en los que se proporcionó la intervención.

La administración de suplementos BEP no tuvo ningún efecto sobre los abortos espontáneos, la mortalidad neonatal, la mortalidad infantil, los nacimientos prematuros, la estatura al nacer y el perímetro cefálico.

Programas de distribución de alimentos

Los FDP pueden reducir el retraso en el crecimiento y la emaciación y mejorar el peso medio al nacer en 46 g, así como la estatura al nacer en 0,20 cm.

Los FDP no tuvieron ningún efecto sobre la mortalidad perinatal, el aborto espontáneo, la mortalidad materna, la mortalidad neonatal, la mortalidad infantil, el nacimiento prematuro, el bajo peso al nacer, el tamaño reducido para la edad gestacional, el perímetro cefálico o los bebés con bajo peso.

Prevención de la obesidad

La prevención de la obesidad se asoció a una reducción de 195,6 g en el peso promedio al nacer, pero no en la macrosomía (la proporción de bebés mucho más grandes que la media para su edad gestacional) ni en la altura al nacer.

Los estudios sobre las intervenciones para la prevención de la obesidad entre mujeres embarazadas no informaron de otros resultados, como en abortos espontáneos y mortalidad.

¿Qué significan los resultados de esta revisión?

Nuestra revisión destaca la mejoría en los resultados seleccionados maternos, infantiles y del parto mediante la administración de suplementos BEP y de FDP durante el embarazo, aunque no en otros resultados. Sin embargo, debido al pequeño número de estudios incluidos y a la baja calidad de la evidencia, no existe certeza sobre el efecto de la suplementación con BEP, FDP y las intervenciones alimentarias para la prevención de la obesidad en los resultados maternos e infantiles. Por ende, se recomiendan más investigaciones de buena calidad para evaluar el efecto de estas intervenciones en los resultados maternos, infantiles y de desarrollo.