

Realizan jornadas para fomentar uso de ácido fólico entre embarazadas

Posted on 12 de mayo de 2023 by Diario Humano



Este nutriente permite reducir los riesgos de malformaciones congénitas de los bebés

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. - En el marco de las acciones que lleva a cabo para fortalecer el logro de embarazos y partos saludables, el Gobierno de Baja California Sur desarrolló, al interior de los centros de salud, jornadas informativas sobre los diversos beneficios que el consumo de ácido fólico ofrece a las pacientes en gestación y sus productos.

En estas actividades que se llevaron a cabo en el marco del Día Nacional de la Salud Materna y Perinatal, profesionales de la salud explicaron a las usuarias que la recomendación médica es iniciar la ingesta de ácido fólico antes de embarazarse y extenderlo al primer trimestre de la gestación para favorecer el desarrollo del bebé, señaló la jefa de la Jurisdicción Sanitaria 3 La Paz, Ana Ibeth Islas Canizalez.

En esta interacción con las y los usuarios de los centros de salud se enfatizó que este ácido fólico es una vitamina B que puede obtenerse de vegetales, frutos y alimentos cárnicos, pero cuando el esquema alimenticio es insuficiente para obtener la cantidad adecuada se recomienda ingerir las tabletas de este nutriente que se proporcionan de manera gratuita en las unidades médicas, comentó.

Durante estas jornadas en las que se entregaron frascos de este medicamento, se detalló además que el ácido fólico estimula la producción de células nuevas y, en el caso de las

pacientes embarazadas, contribuye a prevenir algunos defectos de nacimiento graves del cerebro (anencefalia) y de la columna vertebral (espina bífida) en el bebé, de ahí la relevancia en que sea ingerido por las mujeres que están en esa condición, abundó.

Este suplemento también puede ser consumido por personas con antecedentes genéticos y otros factores de riesgos por enfermedades crónico-degenerativas, ya que contribuye al metabolismo de grasas y carbohidratos, refuerza la producción de glóbulos rojos e incide en el buen funcionamiento del sistema nervioso, finalizó Islas Canizalez.