

DANA-TEODORA ANTON-PĂDURARU¹, CARMEN OLTEAN², ANA SIMONA BOCEC¹,
 OANA TESLARIU¹, ADRIANA COSMESCU³

IMPLICAȚII ALE NUTRIȚIEI ÎN TIMPUL SARCINII ASUPRA VIITORULUI COPIL

¹Universitatea de Medicină și Farmacie „Grigore T. Popa”, Departamentul Medicina mamei și copilului,
 Disciplina Pediatrie (Iași, România)

²Spitalul de Urgență pentru Copii „Sf. Maria”, Secția clinică Pediatrie III (Iași, România)

³Universitatea de Medicină și Farmacie „Grigore T. Popa”, Disciplina Medicină de familie (Iași, România)

Statusul nutrițional și starea de sănătate înainte și în primele 2 luni de sarcină influențează dezvoltarea embrionului și riscul de complicații în timpul sarcinii. Obiectivele nutriției în sarcină sunt: nașterea unui copil sănătos cu greutate normală, cu riscuri minime pentru sănătatea mamei; creșterea corespunzătoare în greutate a gravidei; aport caloric, de vitamine și minerale suplimentar pentru gravidă; înțelegerea necesarului nutrițional modificat din cursul sarcinii. Nutriția maternă înainte / în timpul sarcinii influențează evoluția sarcinii; dezvoltarea fetală; dezvoltarea copilului în primii ani de viață, precum și viața adultului. Nutriția în sarcină depinde de: statusul economic, mediul social / cultural, obiceiurile alimentare ale femeii. Dieta maternă în sarcină influențează direct creșterea fetală, marimea și sănătatea nou-născutului. O dietă inadecvată în sarcină afectează sănătatea mamei, crește riscul de complicații (naștere laborioasă, deces), afectează sănătatea copilului în perioada de sugar și mica copilărie, conducând la anemie, rahitism, imunitate scăzută și infecții. O femeie bine nutrită are complicații puține/rare în sarcină și risc scăzut de prematuritate. Alimentația unei femei însărcinate diferă de cea a populației generale. Nevoile energetice suplimentare sunt necesare dezvoltării fătului și anexelor sale (2200 – 2900 kcal/zi în total), dar proporția de proteine, glucide, lipide rămâne aproximativ aceeași. Câștigul ponderal trebuie să permită: nașterea unui copil cu stare de sănătate bună, cu greutatea de 3.1-3.6 kg, evitarea unui surplus de greutate maternal după sarcină, reducerea riscului de boli cronice la copil.

Concluzii. Sănătatea fătului depinde de statusul nutrițional al mamei înainte și în timpul sarcinii. O femeie bine nutrită înainte de concepție intră în sarcină cu rezerve de nutrienți care acoperă nevoile fătului, fără a afecta sănătatea mamei. O femeie bine nutrită înseamnă un copil sănătos.

Cuvinte-cheie: nutriție, gravidă, copil.

DANA-TEODORA ANTON-PĂDURARU¹, CARMEN OLTEAN², ANA SIMONA BOCEC¹,
 OANA TESLARIU¹, ADRIANA COSMESCU³

IMPLICATIONS OF NUTRITION DURING PREGNANCY ON FUTURE CHILD

¹University of Medicine and Pharmacy „Grigore T. Popa”, Department of Mother and Child Medicine,
 Discipline Pediatrics (Iasi, Romania)

²„Sf. Maria” Children Emergency Hospital, 3rd Clinic of Pediatrics (Iasi, Romania)

³University of Medicine and Pharmacy „Grigore T. Popa”, Discipline Family Medicine (Iasi, Romania)

The nutritional status and health status before and during the first 2 months of pregnancy influence the development of the embryo and the risk of complications during pregnancy. The goals of nutrition in pregnancy are: the birth of a healthy child of normal weight, with minimal risks to the mother's health; appropriate increase in pregnancy weight; caloric intake, vitamins and minerals in addition to pregnancy; understanding of the nutritional needs modified during pregnancy. Maternal nutrition before / during pregnancy influences the evolution of pregnancy; fetal development; the development of the child in the first years of life, as well as the life of the adult. Pregnancy nutrition depends on: economic status, social / cultural environment, women's eating habits. The maternal diet in pregnancy influences the direct creation of the fetus, the size and health of the newborn. An inadequate diet in pregnancy affects the health of the mother, the risk of complications (labor births, deces), affects the health of the child during sugar and early childhood, leading to anemia, rickets, low immunity and infectious. A well-nourished woman has few / rare complications in pregnancy and low risk of prematurity. The diet of a pregnant woman differs from that of the general population. The additional energy needs are necessary for the development of the fetus and its attachments (2200 – 2900 kcal / day in total), but the proportion of proteins, carbohydrates, lipids remains approximately the same. The weight gain must allow: the birth of a child in good health, weighing 3.1-3.6 kg, avoiding an excess of maternal weight after pregnancy, reducing the risk of chronic diseases in the child. Conclusions. The health of the fetus depends on the nutritional status of the mother before and during pregnancy. A well-nourished woman before conception is in charge of nutrient reserves that cover the needs of the fetus, without affecting the health of the mother. A well-nourished woman means a healthy child.

Key words: nutrition, pregnancy, child