

Sus primeros días

Desde el momento en que fuimos concebidos inició nuestra historia, y sus primeros 1,000 días son especialmente críticos. Esta etapa abarca desde la concepción hasta los 2 años de nacido.

Los primeros 1,000 días de vida de todo ser humano son cruciales para garantizar el sano desarrollo de la persona a futuro dado que en este período el paquete genético se encuentra abierto como nunca, y esto influye no sólo en el crecimiento sino en la respuesta metabólica, es decir, en la capacidad y el tipo de respuesta que tendrá nuestro organismo a lo largo de su vida.

De aquí surge la necesidad de apoyar políticas públicas que garanticen el bienestar de las personas desde sus primeros instantes de vida. Por ejemplo, la atención médica a las mujeres antes, durante y después del parto.

Es necesario que todas aquellas mujeres que se preparan para ser madres puedan contar con la mejor de las atenciones para traer a un nuevo ser a este mundo bajo las mejores condiciones.

El crecimiento y la maduración del cerebro durante toda esta etapa son más rápidos y determinan en gran medida todas nuestras capacidades futuras

para conocer, analizar y responder inteligentemente al mundo que nos rodea.

Desde el punto de vista nutricional, el cerebro tiene necesidades específicas de nutrientes para lograr un buen desarrollo. Por lo tanto una mala nutrición en esta etapa puede repercutir en retrasos en el desarrollo que sean irreversibles.

Esta cuestión justifica la urgencia de dar a conocer a las mujeres embarazadas las dietas pertinentes que puedan aportar los nutrientes necesarios tanto a ella como al hijo que se encuentra en su vientre para proporcionar las condiciones necesarias para su sano desarrollo y con ello evitar en gran medida alguna enfermedad.

Según el médico neonatólogo, Miguel Larguía, Jefe de División Neonatología del Hospital Materno Infantil "Ramón Sardá": "La intervención más eficaz que se puede hacer para reducir la mortalidad infantil es brindar leche materna en forma exclusiva durante los primeros seis meses, todo lo demás que se proponga es un parche".

Por ello el período de lactancia del recién nacido es otra cuestión fundamental que no puede ser omitida por los grandes beneficios que aporta



al organismo del bebé. Apoyar políticas públicas que promuevan la lactancia es de suma importancia.

Aún falta mucho por hacer para brindar las mejores atenciones y garantizar las mejores condiciones para la llegada de nuevas vidas humanas a este planeta. En nuestro propio país un gran número de bebés nacen cada año, según el último censo de población y vivienda 2010 en México, la tasa de población de 0 a 2 años es de 2, 147,932. Y esos recién nacidos están en espera de que tomemos conciencia y participemos para mejorar las condiciones de vida de todos.

Trabajar para dejar un mejor país a nuestros hijos es ver por el bien de todos, y el bien de todos es tarea de todos.

Equipo de ConParticipación