

INMA Valencia

Boletín nº 7



Octubre 2010

Estimad@s madres, padres y niñ@s INMA:

Nos ponemos en contacto con vosotr@s para comunicaros algunas novedades del proyecto INMA en Valencia.

La visita de los 5-6 años ha comenzado en mayo de 2010. En esta ocasión evaluamos el desarrollo neuroconductual de l@s niñ@s y también realizamos algunos cuestionarios a los padres. Se prevé que, en junio del 2011 tod@s l@s niñ@s INMA nos hayan visitado.

En los próximos meses nos pondremos en contacto con vosotr@s para concertar la cita, si no lo hemos hecho aún, por eso es importante que nos comunicuéis si habéis cambiado de domicilio o teléfono (o si pensáis hacerlo).

Por último, os recordamos que en la página web del proyecto

<http://www.proyectoinma.org/>

podéis encontrar información actualizada como recortes de prensa, recomendaciones de salud o publicaciones científicas del proyecto INMA.

¿En que consistirá la próxima visita a los 5-6 años?



HOSPITAL LA FE, Planta 11
Pabellón Materno Infantil.
Tiempo aproximado 1 h, 45 min.

1 hora
15 min.

Las **MADRES** y los **PADRES**:

- ✓ Realizaréis una serie de cuestionarios sobre la salud de vuestros hijos.
- ✓ Os entregaremos un test para rellenar en casa.
- ✓ En un sobre, os daremos tres cuestionarios que debe cumplimentar el profesor/a de vuestro/a hijo/a.



El **NIÑO/A** pasa al despacho de la psicóloga donde se le realizarán, **mediante juegos**, unas pruebas que **permiten evaluar su desarrollo neuroconductual**.



25 min.

MADRE/PADRE

La psicóloga os dará una **breve explicación de los resultados de las pruebas** pasadas al niño/a y os entregará un folleto que contiene información acerca del desarrollo de los niños.

Tras la prueba con la psicóloga, el **NIÑO/A** se quedará en compañía de la trabajadora de campo.

5 min.

Despedida:

Os daremos información básica acerca de la próxima visita.

Calidad de la dieta en el embarazo y crecimiento fetal

Como recordaréis, en el **estudio INMA** a las madres se os realizó un cuestionario acerca de vuestra dieta durante el inicio del embarazo.

Estos datos los utilizamos para evaluar la calidad de la dieta, mediante un índice cuya máxima puntuación es 100. En promedio, vosotras obtuvisteis 54 puntos, que indica que la dieta fue buena, pero se podría mejorar. Encontramos que las madres con mayor puntuación (mejor calidad de dieta), disteis a luz bebés con más peso y talla y tuvisteis mas probabilidad de que los bebés se desarrollaran dentro del útero con todo su potencial de crecimiento.

¿En qué consiste una dieta de calidad?



4-8 vasos diarios de agua y/o bebidas bajas en azúcar y sin alcohol

Recomendaciones de la SENC

La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) recomienda incluir diariamente en la dieta de las embarazadas las porciones de cada grupo de alimentos que os indicamos en la pirámide.

Para que os hagáis una idea de lo que significan las raciones, aquí tenéis algunos ejemplos: Del primer grupo de alimentos, una ración equivale a un plato normal de pasta o arroz, un panecillo o una patata grande. Del grupo de alimentos proteicos, una ración puede ser 1 filete pequeño de carne o 1-2 huevos.

En la página web de la SENC:

<http://www.nutricioncomunitaria.org/>

podréis encontrar información detallada acerca de estas recomendaciones y otros temas de interés respecto a la alimentación saludable.

En nombre de todo el Equipo INMA-Valencia os agradecemos una vez más la confianza que habéis depositado en el Proyecto desde su inicio y vuestra desinteresada participación en todas las entrevistas y visitas, sin vuestra generosidad este estudio no sería posible.



Este proyecto está financiado por el Ministerio de Sanidad y Política Social, Red de Investigación Temática "Infancia y Medio Ambiente" (03/176) y el Centro de Investigación Biomédica en Red en epidemiología y salud pública (CIBERESP) del Instituto de Salud Carlos III y por la Consellería de Sanitat de la Generalitat Valenciana

