

# Los primeros 1.000 días de vida: Cómo garantizar la salud y el florecimiento de la mujer, el niño y la sociedad



LOS PRIMEROS 1.000 DÍAS EN LA VIDA de un ser humano, desde la concepción hasta el segundo cumpleaños- drásticamente darán forma al resto de la vida de un niño.

También son fundamentales para el bienestar de la madre. Dar prioridad a esta ventana de tiempo ayudará a salvar vidas, mejorar la salud y contribuir sustancialmente al desarrollo sostenible.

## Empieza por educar



Reproducción saludable comienza con la educación. Las mujeres con un mayor nivel de educación son más propensas a amamantar exclusivamente a sus hijos durante los primeros seis meses de vida, asegurar que sus niños tengan alimentos

nutritivos para comer, tomar mejores decisiones reproductivas y acceder servicios de salud materna de más alta calidad.<sup>1</sup> Aumentar el nivel de educación de niñas y mujeres llevará a madres y niños más sanos.<sup>2</sup>

## El cuidado prenatal es crucial

El cuidado durante el embarazo, incluso visitas habituales a la clínica, ayuda a asegurar la salud materna y fetal. La alimentación que recibe la mujer antes y durante el embarazo afectará en gran medida la vida de su hijo. Como fue explicado en una serie de trabajos publicados en *The Lancet*: “La nueva evidencia reafirma aún más la importancia del estado nutricional de la mujer en el momento de la concepción y durante el embarazo, tanto para la salud de la madre como para asegurar el crecimiento y el desarrollo sano del feto.”<sup>3</sup>



La malnutrición puede impedir el desarrollo del cerebro y del sistema inmunológico de un niño, reprimiendo la capacidad del niño de aprender y haciéndole más susceptible a la enfermedad. La malnutrición también puede prevenir

el crecimiento saludable y llevar a peso bajo de nacimiento, aumentando el riesgo de mortalidad y discapacidad neonatal. Sólo un serio compromiso con la buena nutrición materna eliminará estos problemas.

## La prevención de la mortalidad materna

Se estima que 287.000 muertes maternas ocurrieron en 2020, la mayoría de ellas en el mundo en desarrollo y en especial en el África sub-sahariana y Asia meridional.<sup>4</sup> Estas muertes se pueden prevenir con el cuidado básico antes, durante y después del parto, incluyendo la atención prenatal y la nutrición, las parteras calificadas, la atención obstétrica de emergencia, higiene y agua potable.

Estas medidas ayudaron a llevar a una disminución del 36 por ciento de las muertes maternas en todo el mundo desde 2000 hasta el 2020, de acuerdo con estimaciones de la Organización Mundial de la Salud.<sup>5</sup> Ahora ellos deben extenderse a los lugares en los que la atención básica de la salud todavía es deficiente.



## Salvando a los recién nacidos

Se estima que unos 2.4 millones de niños murieron en el primer mes de vida en 2020, y la mayoría de esas muertes eran evitables.<sup>6</sup> Se pueden salvar vidas mejorando la calidad en la atención médica durante el parto, y los días posteriores al nacimiento, incluyendo la atención esencial del recién nacido.

El cuidado prenatal y la nutrición también son importantes para asegurar el desarrollo sano y evitar la restricción del crecimiento fetal y bajo peso al nacer.



Concepción

Nacimiento

Nutrición de la madre antes y durante el embarazo ayuda a determinar la salud del niño.

La atención médica de calidad debe ser administrado antes, durante y después del parto por el bien de la madre y el niño.

266

## Desarrollo infantil saludable

El período de la primera infancia es fundamental para el desarrollo físico, cognitivo, social,

emocional y saludable. La desnutrición se estima que causa 3.1 millones de muertes infantiles cada año; amamantamiento subóptimo conduce a 800.000 muertes cada año.<sup>7</sup>

La nutrición adecuada durante este tiempo puede prevenir las deficiencias de vitaminas el retraso del

crecimiento, pérdida de masa y la muerte. Vitaminas esenciales, minerales y una lactancia materna optima ayudan a los niños a convertirse en adultos sanos y productivos.



particularmente vulnerables a la amenaza de abuso físico y emocional, especialmente por los socios y miembros de la familia. La violencia durante el embarazo también puede conducir a problemas relacionados con el embarazo, tales como aborto involuntario y parto prematuro, poniendo en peligro la vida y la salud del niño.



En algunas regiones las mujeres son frecuentemente presionadas a optar por el aborto o el infanticidio, a menudo debido a que el niño es una niña. Se deben tomar medidas para proteger a las mujeres y a sus hijos de tal intimidación psicológica y del abuso.<sup>8</sup>

## El respeto y la protección de las mujeres

Las mujeres embarazadas y las nuevas madres son

## ¿Cómo lograr el desarrollo sostenible?

Bienestar materno-infantil están íntimamente conectados. Las investigaciones muestran que los primeros 1.000

días en la vida de un ser humano son cruciales para la supervivencia, la salud y la prosperidad de la madre y el niño. El cuidado adecuado durante todo este período lleva a niños más sanos, adultos mejor educados y más productivos. Esto reduce los costos de salud y aumenta la prosperidad económica.



## En el vientre



En la fecundación (o concepción), la vida de un organismo-un miembro individual de la especie humana *Homo sapiens* comienza.



En unas tres semanas después de la concepción, el corazón del feto comienza a latir.

3 semanas



A las ocho semanas, la mayoría de los órganos y sistemas se han formado.

8 semanas



A las 15 semanas, la evidencia muestra que el feto puede sentir dolor.

20 semanas

Primer cumpleaños

Segundo cumpleaños

1.000

Vitaminas esenciales, minerales y optima lactancia ayudan a que el niño se desenvuelva en un adulto sano y productivo.

# La importancia de la atención materno-infantil

“El niño, por su falta de madurez física y mental, necesita protección y cuidado especiales, incluso la debida protección legal, tanto antes como después del nacimiento.”

*Declaración de los Derechos del Niño*

“Los seres humanos constituyen el centro de las preocupaciones del desarrollo sostenible. ... Las personas son el recurso más importante y valioso de toda nación.”

*Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo*

“Toda persona tiene derecho a la vida, a la libertad ya la seguridad personales.”

“El reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana es el fundamento de la libertad, la justicia y la paz en el mundo.”

*Declaración Universal de los Derechos Humanos*

## Referencias

- 1 La investigación muestra que el nivel de educación está fuertemente correlacionada con la mortalidad materna. Véase, por ejemplo, McAlister C, Baskett TF. La educación femenina y la mortalidad derivada de la maternidad: una encuesta en todo el mundo. *Diario de Obstetricia y Ginecología de Canadá*, 2006, 28:983-990.
- 2 Koch E et al. Nivel de educación de las mujeres, servicios de salud materna, legislación sobre el aborto y la mortalidad materna: un experimento natural en Chile desde 1957 hasta 2007 de *PLoS ONE*, 2012, 7 ( 5 ), doi: 10.1371/journal.pone.0036613.
- 3 Resumen ejecutivo de *The Lancet* materna y la serie de la nutrición infantil. *Lancet*, 2013 ( <http://download.thelancet.com/flatcontentassets/pdfs/nutrition-eng.pdf> , consultado el 03 de abril 2014).
- 4 de la OMS, el UNICEF, el FNUAP, el Banco Mundial. *Tendencias de la mortalidad materna 2000-2020*. Ginebra, OMS, 2023.
- 5 Ibid.
- 6 UNICEF, la OMS, el Banco Mundial, las Naciones Unidas. *Niveles y tendencias de la mortalidad infantil: Informe de 2021*. Nueva York, UNICEF, 2021.
- 7 Black RE, Victora CG, Walker SP, y el Materno Infantil de Nutrición Grupo de Estudio. La desnutrición materna e infantil y el sobrepeso en los países de ingresos bajos y medianos ingresos. *Lancet*, 2013 , 382 ( 9890 ): 427-451.
- 8 OMS et al. *Las estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra las mujeres: prevalencia y efectos en la salud de la violencia de pareja y la violencia sexual fuera de la pareja*. Ginebra, OMS, 2013.



**Minnesota Citizens Concerned for Life Global Outreach**  
4249 Nicollet Avenue | Minneapolis, MN 55409 USA  
612.825.6831 | Fax 612.825.5527  
[mccl-go@mccl.org](mailto:mccl-go@mccl.org) | [www.mccl-go.org](http://www.mccl-go.org) | [www.mccl.org](http://www.mccl.org)

This publication available online in English, Spanish and French.  
Download at [www.mccl-go.org](http://www.mccl-go.org).

Produced in the United States of America © 2023 MCCL



**National Right to Life Educational Trust Fund**  
1446 Duke Street | Alexandria, Virginia 22314 USA  
202.626.8825  
[NRLC@nrlc.org](mailto:NRLC@nrlc.org) | [www.nrlc.org](http://www.nrlc.org)

National Right to Life Educational Trust Fund  
is an international pro-life NGO.