

## **Influencia de los factores socioeconómicos en la ocurrencia de deficiencias de micronutrientes en mujeres: implicaciones para la salud pública: una revisión de la literatura**

*Influência de fatores socioeconômicos na ocorrência de deficiência de micronutrientes em mulheres: implicações para a saúde coletiva: uma revisão de literatura*

*Influence of socioeconomic factors on the occurrence of micronutrient deficiencies in women: implications for public health: a literature review*

Marcella Cunha Oliveira Piovezan – Faculdade Ages – Bacharelado em Nutrição, email  
Prof. Msc. Juliana Malinovski  
Káren Arielle Carvalho Barreto

### **Resumen:**

Las deficiencias de micronutrientes constituyen un importante problema de salud pública, especialmente entre mujeres en edad reproductiva, gestantes y púerperas. La transición nutricional observada en las últimas décadas ha favorecido la coexistencia de diferentes formas de malnutrición, incluidas las carencias nutricionales, el sobrepeso y la obesidad. En este contexto, la inseguridad alimentaria y las desigualdades socioeconómicas contribuyen a patrones alimentarios inadecuados, una reducida diversidad dietética y una mayor vulnerabilidad nutricional femenina, con repercusiones en la salud materna, la composición de la leche materna y el desarrollo infantil. Objetivo: Comprender, con base en las evidencias científicas disponibles, cómo la inseguridad alimentaria y las desigualdades sociales influyen en el desarrollo de deficiencias de micronutrientes en las mujeres, especialmente durante el período reproductivo y posparto. Metodología: Se trata de una revisión integradora de la literatura, de carácter descriptivo-exploratorio, realizada a partir de la siguiente pregunta orientadora: “¿Cómo influyen los factores socioeconómicos en la ocurrencia de deficiencias de micronutrientes en las mujeres y cuáles son las implicaciones para la salud pública?”. La búsqueda se realizó en las bases de datos SciELO, PubMed y BVS, utilizando descriptores en portugués e inglés combinados mediante operadores booleanos. Se incluyeron artículos primarios publicados entre 2022 y 2026, en portugués e inglés, relacionados con la influencia de los factores socioeconómicos en las deficiencias de micronutrientes en mujeres durante el posparto. La selección de los estudios siguió las recomendaciones del protocolo PRISMA, con posterior lectura completa y análisis crítico de los artículos elegibles. Resultados y Discusión: Los estudios analizados demostraron que la inseguridad alimentaria, los bajos ingresos, el desempleo, la vulnerabilidad social y el acceso limitado a los servicios de salud están directamente asociados con un mayor riesgo de deficiencias de hierro, zinc, folato, vitaminas A y B12, y yodo. Estas condiciones dificultan el acceso a alimentos nutritivos y comprometen la calidad de la alimentación durante el embarazo y el posparto. Los hallazgos refuerzan la importancia de las estrategias de suplementación, fortificación alimentaria, educación alimentaria y nutricional y fortalecimiento de las políticas públicas orientadas a promover la seguridad alimentaria. Además, evidencian la relevancia del seguimiento nutricional y de la actuación multidisciplinaria en la prevención y control de estas carencias. Sin embargo, se observó una escasez de estudios que abordaran específicamente el papel del nutricionista en este contexto. Conclusión: Las deficiencias de micronutrientes en las mujeres están fuertemente relacionadas con condiciones socioeconómicas desfavorables y con la inseguridad alimentaria, comprometiendo la salud materna y el desarrollo infantil. Los resultados refuerzan la importancia del seguimiento nutricional, de las acciones de educación alimentaria y nutricional y de la ampliación de las políticas públicas dirigidas a la promoción de la salud de la mujer.

También se destaca la necesidad de nuevas investigaciones sobre el papel del nutricionista y sobre estrategias eficaces para prevenir estas deficiencias en poblaciones vulnerables.

**Palabras clave:**

Atención Primaria de Salud; Deficiencia de Micronutrientes; Factores Socioeconómicos; Mujeres en Posparto; Nutricionista.

**Resumo:**

**Introdução:** As deficiências de micronutrientes constituem um importante problema de saúde pública, especialmente entre mulheres em idade reprodutiva, gestantes e puérperas. A transição nutricional observada nas últimas décadas favoreceu a coexistência de diferentes formas de má nutrição, incluindo carências nutricionais, sobrepeso e obesidade. Nesse contexto, a insegurança alimentar e as desigualdades socioeconômicas contribuem para padrões alimentares inadequados, reduzida diversidade alimentar e maior vulnerabilidade nutricional feminina, com repercussões na saúde materna, na composição do leite materno e no desenvolvimento infantil. **Objetivo:** Compreender, com base nas evidências científicas disponíveis, como a insegurança alimentar e as desigualdades sociais influenciam o desenvolvimento de deficiências de micronutrientes em mulheres, especialmente durante o período reprodutivo e pós-parto. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo-exploratório, conduzida a partir da seguinte questão norteadora: “Como os fatores socioeconômicos influenciam a ocorrência de deficiência de micronutrientes em mulheres e quais são as implicações para a saúde coletiva?”. A busca foi realizada nas bases de dados SciELO, PubMed e BVS, utilizando descritores em português e inglês combinados por operadores booleanos. Foram incluídos artigos primários publicados entre 2022 e 2026, nos idiomas português e inglês, relacionados à influência dos fatores socioeconômicos nas deficiências de micronutrientes em mulheres no pós-parto. A seleção dos estudos seguiu as recomendações do protocolo PRISMA, com posterior leitura integral e análise crítica dos artigos elegíveis. **Resultados e Discussão:** Os estudos analisados demonstraram que a insegurança alimentar, a baixa renda, o desemprego, a vulnerabilidade social e o acesso limitado aos serviços de saúde estão diretamente associados ao aumento do risco de deficiências de ferro, zinco, folato, vitaminas A e B12 e iodo. Tais condições dificultam o acesso a alimentos nutritivos e comprometem a qualidade da alimentação durante a gestação e o pós-parto. Os achados reforçam a importância de estratégias de suplementação, fortificação alimentar, educação alimentar e nutricional e fortalecimento das políticas públicas voltadas à promoção da segurança alimentar. Além disso, evidenciam a relevância do acompanhamento nutricional e da atuação multiprofissional na prevenção e no controle dessas carências. Observou-se, entretanto, escassez de estudos abordando especificamente a atuação do nutricionista nesse contexto. **Conclusão:** As deficiências de micronutrientes em mulheres estão fortemente relacionadas às condições socioeconômicas desfavoráveis e à insegurança alimentar, comprometendo a saúde materna e o desenvolvimento infantil. Os resultados reforçam a importância do acompanhamento nutricional, das ações de educação alimentar e nutricional e da ampliação das políticas públicas voltadas à promoção da saúde da mulher. Destaca-se ainda a necessidade de novas pesquisas sobre o papel do nutricionista e sobre estratégias efetivas para prevenção dessas deficiências em populações vulneráveis.

**Palavras-chave:** Atenção Primária à Saúde; Deficiência de Micronutrientes; Fatores Socioeconômicos; Mulheres Pós-parto; Nutricionista.

### **Abstract:**

**Introduction:** Micronutrient deficiencies constitute a significant public health problem, especially among women of reproductive age, pregnant women, and postpartum women. The nutritional transition observed in recent decades has favored the coexistence of different forms of malnutrition, including nutritional deficiencies, overweight, and obesity. In this context, food insecurity and socioeconomic inequalities contribute to inadequate dietary patterns, reduced dietary diversity, and greater female nutritional vulnerability, with repercussions on maternal health, breast milk composition, and child development. **Objective:** To understand, based on available scientific evidence, how food insecurity and social inequalities influence the development of micronutrient deficiencies in women, especially during the reproductive and postpartum periods. **Methodology:** This is an integrative literature review, of a descriptive-exploratory nature, conducted based on the following guiding question: "How do socioeconomic factors influence the occurrence of micronutrient deficiencies in women and what are the implications for public health?". The search was conducted in the SciELO, PubMed, and BVS databases, using descriptors in Portuguese and English combined with Boolean operators. Primary articles published between 2022 and 2026, in Portuguese and English, related to the influence of socioeconomic factors on micronutrient deficiencies in postpartum women were included. The selection of studies followed the recommendations of the PRISMA protocol, with subsequent full-text reading and critical analysis of eligible articles. **Results and Discussion:** The analyzed studies demonstrated that food insecurity, low income, unemployment, social vulnerability, and limited access to health services are directly associated with an increased risk of deficiencies in iron, zinc, folate, vitamins A and B12, and iodine. These conditions hinder access to nutritious foods and compromise the quality of nutrition during pregnancy and the postpartum period. The findings reinforce the importance of supplementation strategies, food fortification, food and nutrition education, and strengthening public policies aimed at promoting food security. Furthermore, they highlight the relevance of nutritional monitoring and multidisciplinary action in the prevention and control of these deficiencies. However, a scarcity of studies specifically addressing the role of nutritionists in this context was observed. **Conclusion:** Micronutrient deficiencies in women are strongly related to unfavorable socioeconomic conditions and food insecurity, compromising maternal health and child development. The results reinforce the importance of nutritional monitoring, food and nutrition education actions, and the expansion of public policies aimed at promoting women's health. The need for further research on the role of nutritionists and on effective strategies for preventing these deficiencies in vulnerable populations is also highlighted.

### **Keywords:**

Primary health care; micronutrient deficiency; socioeconomic factors; postpartum women; nutritionist.

## **INTRODUCCIÓN**

Las deficiencias nutricionales se han investigado y analizado desde dos perspectivas diferentes: centrándose en la malnutrición, la inseguridad alimentaria y las deficiencias de micronutrientes, o cuando se trata de sobrepeso, obesidad y comer en exceso. Sin embargo, debido a la rápida transición nutricional global, una proporción cada vez mayor de individuos está expuesta a diferentes formas de desnutrición a lo largo de su vida y al desarrollo de lo que

se conoce como "doble carga". de Desnutrición , en portugués "Carga Dupla De Desnutrição" ( Wells *et al.* , 2020 ). Según Popkin , Corvalan y Grummer-Strawn (2020), la doble carga de la malnutrición representa un desafío creciente para la salud pública, caracterizado por la aparición simultánea de desnutrición y sobrepeso; esta condición afecta a la mayoría de los países de ingresos bajos y medios.

A nivel mundial, casi dos mil millones de personas sufren deficiencias de micronutrientes, lo que tiene un impacto y una carga significativos para la salud pública . colocando a las mujeres como población en riesgo ( Melby) *et al.* , 2020). La ingesta inadecuada de estos nutrientes puede perjudicar no solo la salud de la madre, sino también influir negativamente en la composición de la leche materna y el desarrollo del niño (Marangoni *et al.* , 2016).

En el contexto de factores importantes que contribuyen al consumo inadecuado de alimentos, la inseguridad alimentaria se encuentra como una manifestación compleja que se relaciona con el escenario de pobreza y desigualdad social (Bezerra; Olinda; Pedraza , 2017). Las mujeres son más susceptibles a sentir los efectos de la inseguridad alimentaria, ya que son conscientes de las necesidades que se enfrentan en sus hogares y son más vulnerables a la inseguridad alimentaria debido a la alta ingesta de alimentos que son más calóricos, accesibles y de bajo valor nutricional (Franco JG *et al.* 2019).

La anemia por deficiencia de hierro se caracteriza por una reducción de la hemoglobina causada por la deficiencia de hierro, que puede deberse a una baja ingesta dietética, una absorción deficiente, pérdida de sangre y un aumento de las necesidades fisiológicas (Belarmino *et al.* , 2025). La incidencia de anemia en mujeres sigue siendo alta e inmutable en muchos países; las desigualdades sociales son evidentes en muchas formas de malnutrición en mujeres y niños, lo que indica un papel significativo de la pobreza y la baja educación, reforzando la necesidad de acciones multisectoriales para acelerar el desarrollo ( Victora C G. *et al.*, 2022 ).

periodo *posparto* es una etapa delicada y de transición en la vida de la mujer. Las dificultades del puerperio, debido a la interconexión de aspectos biológicos, psicológicos, conductuales, socioculturales, económicos y de género, exacerban las exigencias de la maternidad, que conllevan cambios significativos en el estilo de vida de la mujer (Cabral y Oliveira, 2010), quien a menudo prioriza al niño sobre sus propias necesidades, alterando su bienestar físico y emocional (Mazzo *et al.* , 2018).

El estudio realizado por Lebrun *et al.* (2019), llevado a cabo en Canadá, investigó el consumo de alimentos y la calidad de la dieta, donde El estudio revela una marcada disminución en la ingesta de hierro, vitamina C y vitaminas del complejo B en mujeres durante el período

posparto. Se observó que la ingesta de micronutrientes disminuyó con el tiempo, asociada a cambios en el uso de suplementos .

La investigación desarrollada por Aparício *et al.* (2020), realizado en la ciudad de Reus en Tarragona (España), investigaron el consumo de alimentos en mujeres durante el embarazo y el posparto, donde la evidencia mostró que aunque las demandas nutricionales aumentan durante el embarazo, muchas mujeres no aumentan adecuadamente su ingesta de energía y nutrientes durante este período y el posparto, lo que las expone a un mayor riesgo de deficiencias de vitamina D, hierro y folato.

Según la Encuesta Nacional Demográfica y de Salud de Niños y Mujeres (PNDS 2006), los datos nacionales muestran que aproximadamente el 29,4% de las mujeres en edad fértil tienen anemia, con las tasas más altas encontradas en las regiones Noreste (39,1%) y Sudeste (28,5%) (BRASIL (2009)). Como especifica Osório (2002), la anemia por deficiencia de hierro resulta de varios factores que agravan a un grupo de individuos: socioculturales, socioeconómicos, ambientales, dietéticos, fisiológicos, patológicos y biológicos. En su investigación, Santos *et al.* (2014) El estudio presenta resultados similares para la ingesta de zinc y vitamina A en mujeres embarazadas y lactantes, y se informa que esta baja ingesta tiende a intensificarse durante el embarazo, ya que muchas mujeres no modifican sus hábitos alimenticios.

En esta etapa de la vida de la mujer, la alimentación saludable tiene como objetivo asegurar un aporte adecuado de nutrientes para cumplir con las recomendaciones nutricionales (Gila-Diaz *et al.* , 2021). Además, contribuye a la recuperación posparto ( Jouanne) . *et al.*, 2021) y, de forma complementaria, asegura niveles adecuados de nutrientes y compuestos esenciales para la supervivencia y el desarrollo del recién nacido a través de la lactancia materna (Melo; Oliveira; Pereira, 2020).

El capítulo 1 del libro "Tratado sobre nutrición y dietoterapia" presenta situaciones que explican las deficiencias de micronutrientes, marcadas por la transición nutricional y el aumento del consumo de alimentos ultraprocesados. Según Rossi y Poltronieri (2020), la Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional, Revela que uno de los principales desafíos era combatir las principales causas de la inseguridad alimentaria y la vulnerabilidad social.

Abordar la malnutrición en todas sus formas exige nuevas estrategias para planificar, dirigir e implementar programas y políticas que aceleren el progreso en la mejora de la nutrición a nivel mundial ( Popkin , Corvalan y Grummer-Strawn , 2020).

Por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo comprender, basándose en la evidencia disponible en la literatura, cómo la inseguridad alimentaria y las desigualdades

sociales influyen en el desarrollo de deficiencias de micronutrientes en las mujeres, en el contexto de la salud femenina, especialmente durante los períodos reproductivo y posparto.

## **Metodología**

Este estudio consiste en una revisión bibliográfica integradora de carácter descriptivo-exploratorio. La revisión se realizó a partir de la siguiente pregunta orientadora: "¿Cómo influyen los factores socioeconómicos en la aparición de deficiencias de micronutrientes en las mujeres y cuáles son las implicaciones para la salud pública?".

La búsqueda bibliográfica se realizó en la base de datos SciELO ( Cientific) . Biblioteca Electrónica en Línea) , PubMed ( Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU.) La Biblioteca Virtual de Salud (LVS) se utilizó para recopilar publicaciones científicas destacadas a nivel nacional e internacional en el área de salud y nutrición. Se emplearon descriptores, combinados con los operadores booleanos AND y OR, para optimizar los resultados y reunir los conceptos clave del tema. Los términos utilizados fueron: «nutricionista», «deficiencia de micronutrientes», «factores socioeconómicos», «mujeres en el posparto» y «atención primaria de salud» . Estos términos se emplearon en inglés para ampliar la búsqueda de estudios en las bases de datos.

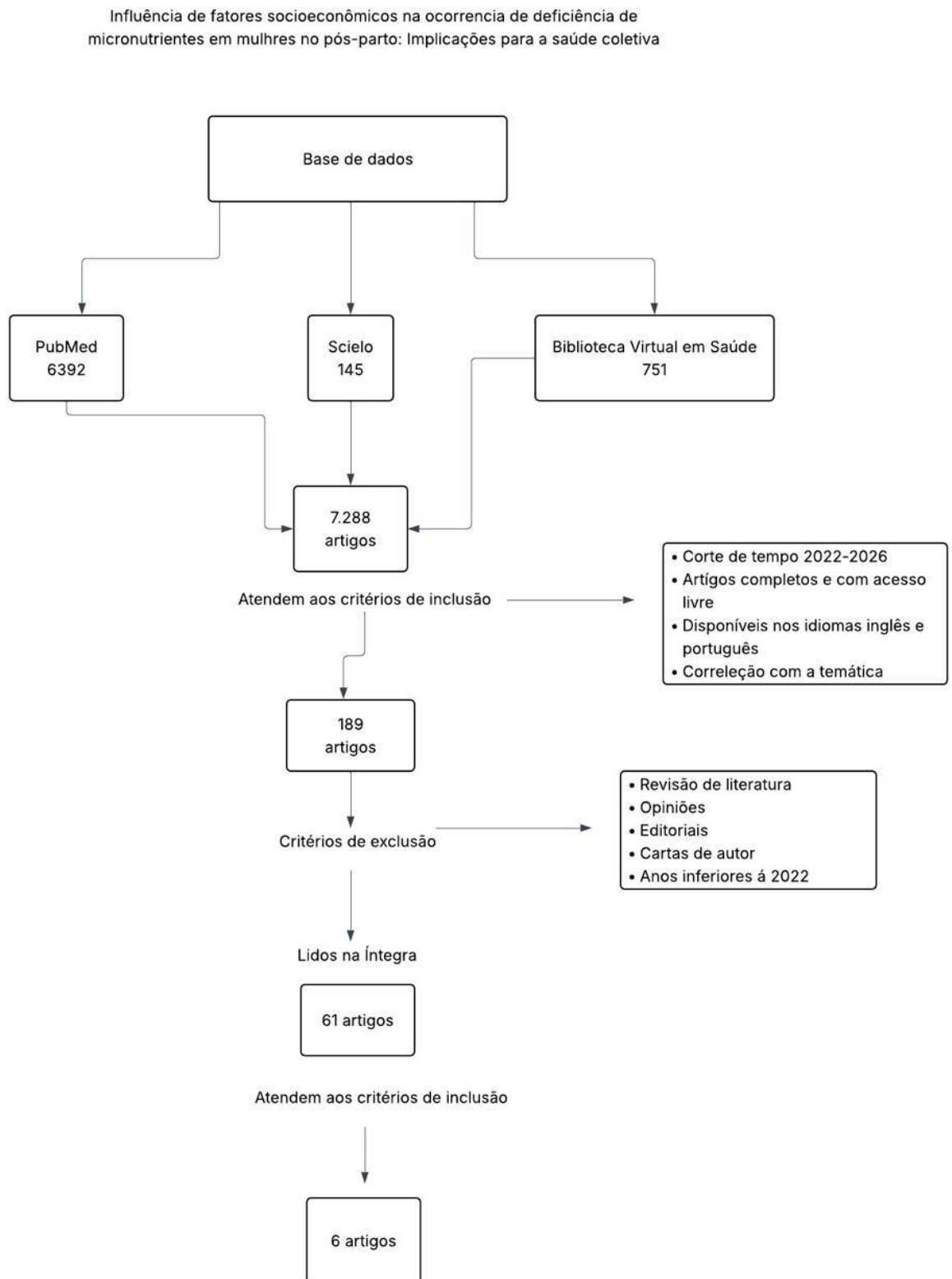
Los criterios de inclusión fueron: artículos primarios publicados entre 2022 y 2026, escritos en portugués e inglés, que abordaran cómo los factores socioeconómicos influyen en la aparición de deficiencias de micronutrientes en mujeres posparto, especialmente en el contexto de la salud pública. Se eliminaron los estudios duplicados en las bases de datos , así como las monografías , los trabajos sin revisión por pares , los editoriales , **los** artículos de opinión , las disertaciones , los resúmenes de congresos y aquellos que no abordaban directamente el tema central. El período analizado (2022-2026) se eligió para garantizar actualizaciones académicas sobre las deficiencias de micronutrientes en mujeres posparto.

La recopilación de datos se llevó a cabo en las siguientes etapas. Inicialmente, se realizaron búsquedas de estudios en las bases de datos seleccionadas utilizando los descriptores definidos. Posteriormente, se leyeron los títulos y resúmenes para seleccionar los artículos que cumplían con los criterios de inclusión. Tras esta evaluación inicial, se leyeron los textos completos, lo que permitió identificar los factores socioeconómicos que influyen en la aparición de deficiencias de micronutrientes en mujeres posparto, especialmente en el contexto de la salud pública.



Los seis estudios seleccionados fueron evaluados de forma crítica y descriptiva, teniendo en cuenta sus objetivos, metodologías, características de la muestra y principales hallazgos, y posteriormente organizados en una tabla resumen. Este proceso de selección se llevó a cabo según el modelo PRISMA ( Estándares Preferidos para la Innovación, la Comunicación y el Análisis). Informes Elementos para revisiones sistemáticas y metaanálisis ), como se ilustra en el diagrama de flujo a continuación, que resume los pasos y criterios aplicados durante la selección de artículos.

**Figura 1 - Diagrama de flujo que representa los pasos de identificación, selección, elegibilidad e inclusión de los estudios seleccionados para la presente investigación.**



**Fuente:** desarrollado por los autores, 2026.

La Tabla 1, que se presenta a continuación, resume los resultados obtenidos de los seis artículos incluidos en esta revisión integradora, según los criterios definidos en el enfoque metodológico. La síntesis reúne la información principal de cada estudio, incluyendo autores, año de publicación, título, diseño, objetivos y los resultados más relevantes, lo que permite un análisis comparativo de la evidencia científica sobre los factores socioeconómicos en la aparición de deficiencias de micronutrientes en mujeres posparto en el contexto de la salud pública.

**Tabla 1.** Resumen de los artículos analizados para la revisión.

Artículos	Autor, año de publicación, lugar del estudio	Descripción, tipo de estudio y N	Objetivos del estudio	Metodología	Principales conclusiones
1	Freire, JKS 2022 Maceió	Estudiar observación al estudio longitudinal N= 240 mujeres acompañadas de no (periodos de 3, 6 y 12 meses).	El estudio tiene como objetivo evaluar el consumo de micronutrientes, un Prevalencia de la insuficiencia y factores asociados en mujeres durante el período posparto.	Esto es un estudio con acompañamiento de mujeres en el período posparto a lo largo de un año, en el que el consumo de micronutriente fue evaluado a través de un recuerdo de 24 horas, con análisis estadístico para identificar los factores asociados.	El estudio reveló una alta proporción de ingesta inadecuada de micronutrientes entre las mujeres en el posparto, con una tendencia a empeorar con el tiempo. Esta deficiencia está relacionada con factores socioeconómicos, inseguridad alimentaria y un mayor consumo de alimentos ultraprocesados.

2	Deshpan de y otros. 2024 India	transversal y observacio- nal  N= 454 mujeres em- barazadas	Describir la ingesta de ma- cro y mi- cronutrientes , describir la di- versidad de la dieta y la in- gesta de ali- mentos poco saludables.	Los datos se recopilaron utili- zando infor- mación socio- demográfica . Estilo de vida y há- bitos alimenti- cios a través de entrevistas y	Alta prevalencia de inseguridad alimentaria entre mujeres emba- razadas que viven en zonas mar- ginales, asociada a factores socioeconómico Los factores desfavorables están relacionados con una peor cali- dad de la dieta y un mayor riesgo para la salud materna , lo que refuerza la necesidad de po- líticas públicas.
			investigar de- terminante su pareja factores de- mográficos y de estilo de vida.	retirada de ali- mentos.	
3	Rosenth al J y otros. 2025 Belice	Estudiar observación al e transversal  N= 937 mujeres no embarazada	Estimar la fracción atri- buable a la po- blación nacio- nal y regional y el número potencial de casos de anemia evitable para tres facto- res de Riesgos nutri- cionales y de- ficiencias en- tre las muje- res.	Encuesta na- cional basado en pro- babilidades de los hogares y micronutrien- tes , captu- rando informa- ción sociode- mográfica y de salud .	El estudio demostró que la anemia en mujeres en edad re- productiva en Belice está fuerte- mente asociada con deficiencias de hierro, folato y vitamina B12; se podrían evitar hallazgos sig- nificativos corrigiendo estas de- ficiencias, lo que destaca la for- tificación de alimentos como una estrategia eficaz de salud pública.
4	Carbón y otros . 2026 África Sur	Observación nal y transversal .  N= 681 mujeres em- barazadas	Evaluar el Diversidad dietética de mujeres em- barazadas en la Provincia de Estado Gratis y identificar los factores aso- ciados a ello.	La recopila- ción de datos se llevó a cabo mediante cues- tionarios es- tructurados, que incluían evidencia so- ciológica. demografía .	Los estudios demuestran que la mayoría de las mujeres embara- zadas presentaban una dieta poco variada, y solo una pe- queña proporción alcanzaba la ingesta mínima recomendada. Además, los factores socioeco- nómicos y la inseguridad ali- mentaria se asociaron con una peor calidad de la dieta.

5	Lopes C y otros. 2022 Portugal	Transversal .  N= 203 mujer embarazada	El estudio Se buscó investigar los efectos de la suplementación. Ingesta de yodo durante el embarazo. especialmente y en relación con el estado nutricional de yodo de la madre.	Lizardo fue un ensayo clínico aleatorizado, realizado en un único centro de investigación. Durante el seguimiento se evaluaron los parámetros relacionados al estado nutricional yodo y función	Demostraron que la suplementación con yodo durante el embarazo contribuía a mejorar el estado nutricional de yodo de las mujeres embarazadas, al aumentar la concentración de yodo en la orina de las mujeres que recibían el suplemento.
				tiroides materna.	
6	Sauer C, et al. 2026 Camboya	Aleatorizar de, experimental y controlado.  N= 36 mujer embarazada	Desarrollar investigaciones previas mediante pruebas secuenciales, luego y tres intervenciones distintivo, apoyo familiar, un calendario de seguimiento videos educativos y comparando su aceptabilidad , viabilidad y utilidad	Se investigó la aceptabilidad y la viabilidad de utilizar de micronutrientes múltiples por mujeres embarazadas, evaluando la experiencia de las participantes con diferentes intervenciones relacionadas al consumo del suplemento.	El estudio demostró que la adherencia a la suplementación con múltiples micronutrientes depende de factores conductuales, donde los beneficios percibidos favorecen su uso y las barreras lo dificultan, lo que subraya la importancia de las estrategias para una mejor adherencia y mejores resultados de salud.

Fuente: desarrollado por los autores, 2026

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los estudios analizados demuestran diferentes enfoques metodológicos respecto a cómo la inseguridad alimentaria y las desigualdades sociales influyen en el desarrollo de deficiencias de micronutrientes en las mujeres, en el contexto de la salud femenina, especialmente durante

el posparto. Esto permitió comprender mejor la necesidad de un enfoque nutricional integral, poniendo de relieve los desafíos de la práctica nutricional en el ámbito de la salud pública, particularmente en lo que respecta a la promoción de la salud.

En general, los resultados muestran que los autores comparten la percepción de que los factores socioeconómicos, el acceso a una alimentación adecuada y la atención sanitaria desempeñan un papel fundamental en el control de las deficiencias nutricionales. Esto se ve influenciado no solo por los hábitos alimentarios, sino también por las desigualdades sociales, la inseguridad alimentaria y las limitaciones en el acceso a los servicios de salud. Sin embargo, los estudios ponen de manifiesto importantes deficiencias relacionadas con la vulnerabilidad social, el acceso a alimentos nutritivos de calidad y la educación sanitaria dirigida a las mujeres embarazadas.

El estudio de Deshpande Un estudio realizado en barrios marginales urbanos de Pune, India, *por otros autores* (2024), analizó la relación entre la deficiencia de micronutrientes y la baja diversidad dietética en mujeres embarazadas que viven en zonas vulnerables. La investigación demostró que la falta de una ingesta adecuada de nutrientes importantes, como hierro, zinc, folato, riboflavina y tiamina, incrementa la prevalencia de la inseguridad alimentaria asociada a las condiciones socioeconómicas, la mala calidad de la dieta y el aumento de los riesgos para la salud materna, lo que evidencia la importancia de fortalecer las políticas públicas orientadas al control nutricional y el apoyo social.

Rosenthal J *et al.* (2024) observaron en su estudio realizado en Belice, desarrollado a través de investigaciones nacionales y regionales, que aproximadamente un tercio de los casos de anemia en la población se pueden atribuir a deficiencias de hierro, vitamina B12 y folato. En este contexto, la fortificación de alimentos se presenta como una estrategia prometedora para reducir el impacto de la anemia, especialmente en poblaciones vulnerables. Sin embargo, los autores enfatizan que los beneficios de esta intervención dependen de la disponibilidad y el acceso continuo a alimentos fortificados, destacando las desigualdades regionales y sociales que pueden interferir con los resultados de las políticas nutricionales.

El estudio de Carboo *Un estudio* realizado en Sudáfrica en 2026 reveló que, durante el embarazo, las necesidades nutricionales de la madre aumentan debido a las exigencias de gestar al feto. Esta investigación demostró que la diversidad dietética entre las mujeres embarazadas se asocia con factores como la inseguridad alimentaria, el desempleo y los bajos ingresos familiares, todos ellos vinculados a causas socioeconómicas. El estudio destacó el consumo continuo de alimentos ricos en carbohidratos y la baja ingesta de alimentos ricos en micronutrientes esenciales, como legumbres, verduras de hoja verde y frutos secos; estas

limitaciones pueden comprometer la salud materna y favorecer deficiencias nutricionales significativas durante el embarazo.

Los hallazgos del estudio de Lopes *et al.* (2022), realizado en Portugal, que analizó la suplementación con yodo en mujeres embarazadas de una región con deficiencia de este micronutriente, resaltan la importancia de este para la producción de hormonas tiroideas, donde resulta esencial para el desarrollo neurológico y el crecimiento fetal adecuado. Dicha deficiencia puede asociarse con deterioro cognitivo y alteraciones en el desarrollo infantil. En este contexto, los hallazgos refuerzan la relevancia de la atención nutricional durante el control prenatal, incluyendo el seguimiento, la suplementación cuando sea necesaria y una ingesta alimentaria adecuada. El estudio demuestra la importancia del seguimiento multidisciplinario y la promoción de una dieta equilibrada durante la gestación.

De manera similar, la investigación Un estudio realizado por de Freire *et al.* (2022) en el municipio de Rio Largo, estado de Alagoas, Brasil, identificó prevalencias de desequilibrios en la ingesta de micronutrientes entre mujeres en el posparto, particularmente de vitamina B9, vitamina A y zinc, vinculados a la vulnerabilidad socioeconómica y la inseguridad alimentaria. Los autores señalan que factores como los bajos ingresos, la dificultad para acceder a alimentos saludables y el menor consumo de alimentos *frescos y no procesados* contribuyen a las deficiencias nutricionales. Esta demanda indica que el período posparto es una fase que requiere un control nutricional minucioso, especialmente durante la lactancia, un período en el que las mujeres se vuelven más susceptibles a las deficiencias de vitaminas y minerales.

La investigación cualitativa realizada por Sauer C. *et al.* (2026) en Camboya, con la participación de 39 mujeres embarazadas, tuvo como objetivo explorar y evaluar intervenciones conductuales capaces de aumentar la adherencia de las mujeres embarazadas a la suplementación con múltiples micronutrientes. Los autores destacaron que la orientación continua de los profesionales de la salud y la planificación de la educación para la salud pueden promover una mayor aceptación de la suplementación y contribuir a una mayor prevención de las deficiencias nutricionales maternas. Los resultados muestran el impacto positivo del apoyo familiar, específicamente de la pareja, que ejerce una influencia constructiva en la adherencia a los suplementos de múltiples micronutrientes durante el embarazo.

Además, el estudio realizado por Deshpande *et al.* (2024) muestran **que** la baja diversidad dietética se relacionó directamente con una ingesta inadecuada de micronutrientes entre mujeres embarazadas que viven en zonas vulnerables. De manera similar, Rosenthal J. *et al.* (2024) indican que las deficiencias de hierro, folato y vitamina B12 contribuyen significativamente a la progresión de la anemia en la población, lo que resalta el potencial del

enriquecimiento de alimentos como medida preventiva. Ambos estudios coinciden en la relevancia de las intervenciones dirigidas a promover una alimentación saludable y fortalecer las políticas nutricionales, considerando su potencial para prevenir y reducir las deficiencias nutricionales y los impactos negativos en la salud durante el embarazo.

Los estudios incluidos en esta revisión, en general, no abordan en profundidad el papel del nutricionista, un aspecto de gran relevancia en el contexto de la prevención, identificación y manejo de las deficiencias de micronutrientes. Esta laguna pone de manifiesto la necesidad de una mayor valoración de la atención nutricional y la inclusión de los nutricionistas en las estrategias para promover y brindar una atención integral a la salud de la mujer .

Comprendiendo la importancia del rol del nutricionista en la prevención de deficiencias de micronutrientes, el estudio de Santos (2022), realizado en Brasil, destacó la importancia de implementar estrategias permanentes, demostrando que el rol del nutricionista en la Atención Primaria de Salud (APS) favorece las acciones de prevención, el monitoreo nutricional y la educación alimentaria. Además, los investigadores enfatizan que el trabajo de este profesional promueve la estructuración e implementación de actividades colectivas, así como la colaboración multidisciplinaria dentro del contexto de la APS. Si bien el estudio se realizó en la población adulta general, y no específicamente en mujeres, sus resultados fueron esenciales para esta discusión porque... Esto refuerza la importancia del rol del nutricionista en la Atención Primaria de Salud, al proponer estrategias para la promoción de la salud y el seguimiento nutricional. Por lo tanto, si bien no forma parte del marco analítico por no abordar directamente el tema de las deficiencias de micronutrientes en las mujeres, el artículo ofrece una comprensión del rol del nutricionista dentro de la Atención Primaria de Salud.

Todos los estudios analizados demostraron que la aparición de deficiencias de micronutrientes en las mujeres está asociada a diversos factores socioeconómicos, como los ingresos, la educación, el acceso a los servicios de salud y una nutrición adecuada, lo que pone de manifiesto una mayor vulnerabilidad en los grupos socialmente desfavorecidos. Estos estudios resaltan aspectos relevantes para la prevención y el manejo de las deficiencias nutricionales, haciendo hincapié en la importancia de la formación de profesionales y el papel de los nutricionistas. Además, algunos estudios señalan la importancia de las políticas públicas como estrategia para apoyar la práctica profesional y abordar esta deficiencia.

Se observó que cinco de los seis estudios presentan discusiones relacionadas con políticas públicas; sin embargo, este enfoque fue conciso, sin profundizar en estrategias gubernamentales específicas para prevenir y gestionar las deficiencias de micronutrientes. Los hallazgos resaltan la importancia de fortalecer estas acciones y políticas públicas en materia de

nutrición y salud, particularmente en el contexto de la promoción de la salud de la mujer y la reducción de las desigualdades sociales relacionadas con la nutrición y la inseguridad alimentaria.

Además, es importante destacar la necesidad de realizar estudios centrados específicamente en la percepción y las experiencias de los nutricionistas con respecto a las deficiencias de micronutrientes en las mujeres, ya que comprender sus perspectivas y desafíos puede aportar información importante para mejorar las prácticas profesionales, desarrollar estrategias más humanizadas y fortalecer el papel de los nutricionistas en los equipos de atención primaria de salud.

## **CONCLUSIÓN**

Esta revisión integradora reveló que las deficiencias de micronutrientes en las mujeres, especialmente durante el embarazo y el posparto, están directamente relacionadas con factores socioeconómicos, baja diversidad alimentaria, inseguridad alimentaria y limitaciones en los servicios de salud. Los estudios analizados demostraron que el consumo inadecuado de micronutrientes esenciales, como hierro, folato, vitamina B12, vitamina A, zinc y yodo, puede comprometer la salud materna y el desarrollo fetal, lo que refuerza la importancia del seguimiento continuo durante este periodo.

Los resultados mostraron que las desigualdades sociales influyen significativamente en la calidad de los alimentos y el acceso a medidas preventivas, como la suplementación y el enriquecimiento de alimentos, especialmente en poblaciones desfavorecidas. Este contexto subraya la importancia del rol del nutricionista en la atención primaria de salud, a través de acciones en educación alimentaria y nutricional, y estrategias para prevenir y controlar las deficiencias nutricionales.

La revisión buscó identificar lagunas en la literatura relacionadas con la escasez de estudios centrados en el seguimiento nutricional de las mujeres en el periodo posparto. Asimismo, señaló la necesidad de realizar investigaciones que evalúen de manera más exhaustiva el impacto de las políticas públicas de alimentación y nutrición en la prevención de deficiencias de micronutrientes, contribuyendo así a la mejora de las prácticas de salud pública y a la promoción generalizada de la salud de la mujer.

## **REFERENCIAS**

APARICIO, E. et al. **Nutriente consumo durante embarazo y posparto : Estudio ECLIPSES** . Nutrients , Basilea, vol. 12, n.º 5, pág. 1325, 2020. DOI: 10.3390/nu12051325. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7285175/> Consultado el 20 de marzo de 2026.

BRASIL. Ministerio de Salud. **Encuesta Nacional Demográfica y de Salud de Niños y Mujeres: PNDS 2006: dimensiones del proceso reproductivo y salud infantil**. Brasilia, DF: Ministerio de Salud, 2009. 300 p. (Serie G. Estadísticas e Información sobre Salud). ISBN 978-85-334-1598-0. Disponible en: [https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/pnds\\_crianca\\_mulher.pdf](https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/pnds_crianca_mulher.pdf) Consultado el 20 de marzo de 2026.

BELARMINO, MC de O. et al. **Panorama epidemiológico de la anemia por deficiencia de hierro en Brasil en la última década** . Hematología , Transfusión. y Celula Terapia , vol. 47, supl. 3, pág. 104085, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.htct.2025.104085> . Disponible en: <https://www.htct.com.br/pt-overview-epidemiological-of-anemia-iron-deficiency-article-S2531137925003529> Consultado el 28 de mayo de 2026.

BEZERRA, Thaíse Alves; OLINDA, Ricardo Alves de; PEDRAZA, Dixis Figueroa. **Inseguridad alimentaria en Brasil según diferentes escenarios sociodemográficos. Ciência & Saúde Coletiva, Río de Janeiro, v. 22, n. 2, pág. 637–651, 2017. DOI: 10.1590/1413-81232017222.19952015. Disponible en : <https://www.scielo.org/article/csc/2017.v22n2/637-651/> Consultado el 20 de marzo de 2026.**

CABRAL, FB; OLIVEIRA, DC de O. e. **Vulnerabilidad de las púerperas desde la perspectiva de los equipos de Salud de la Familia: énfasis en los aspectos generacionales y la adolescencia**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, São Paulo, v. 44, n. 2, pág. 368-375, 2010. DOI: 10.1590/S0080-62342010000200018. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/DBzf7KjbXhdpDHwTZqqpmSq/?lang=pt> . Consultado el: 23 de marzo de 2026.

CARBOO, J. et al. **Diversidad dietética y factores asociados entre mujeres embarazadas en el sur de África central: El estudio NuEMI** Ecología de Alimentos y Nutrición , vol. 65, n.º 1-2, págs. 26-43, 2026. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/03670244.2026.2626874> Consultado el 23 de marzo de 2026.

DESHPANDE, Swapna et al. **micronutriente deficiencia , dietética diversidad y sociodemográfico y Estilo de vida determinantes de dietético diversidad entre embarazada habitante de barrios marginales Mujeres en Pune, India** . Revista Salud , Población y Nutrición , vol. 43, n.º 108, 2024. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11293030/> Consultado el 16 de marzo de 2026.

FRANCO, Jaqueli Gruhm et al. **Inseguridad alimentaria, consumo de alimentos y estado nutricional de mujeres beneficiarias del Programa Bolsa Família**. Ciência & Saúde, Porto Alegre, vol. 12, n.º 3, e32907, 2019. DOI: 10.15448/1983652X.2019.3.32907. Disponible en: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/faenfi/article/download/32907/19189> . Consultado el 23 de marzo de 2026.

FREIRE, Jéssica Karlla Silva. **Consumo de micronutrientes entre mujeres posparto e inseguridad alimentaria** . 2022. 85 p. Disertación (Maestría en Nutrición) — Facultad de Nutrición, Universidad Federal de Alagoas, Maceió, 2022. Disponible en: <https://www.repositorio.ufal.br/bitstream/123456789/17446/1/Consumo%20de%20micronutrientes%20entre%20mulheres%20no%20p%C3%B3sparto%20e%20a%20inseguran%C3%A7a%20alimentar.pdf> . Consultado el: 15 de marzo de 2026 .

GILA-DÍAZ, Andrea et al. **Enfoque multidimensional de evaluar nutrición y Estilo de vida durante la lactancia materna mujer durante el primero mes de lactancia** . Nutrients , Basilea, vol. 13, n.º 6, pág. 1766, 2021. DOI: 10.3390/nu13061766. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8224582/> . Consultado el 15 de marzo de 2026.

JOUANNE, Marie y otros. **Nutritivo requisitos durante embarazo y Lactancia** . Nutrientes , Basilea, vol. 13, n.º 2, pág. 692, 2021. DOI: 10.3390/nu13020692. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7926714/> Consultado el: 5 de mayo de 2026.

LEBRUN, Audrée et al. **Seguimiento de dietético consumo y calidad de la dieta desde el final del embarazo a el posparto Periodo** . MDPI Nutrients , Basilea, vol. 11, n.º 9, pág. 2080, 2019. DOI: 10.3390/nu11092080. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6769665/> Consultado el: 5 de mayo de 2026.

LOPES, CA y otros. **Yodo suplementación en el embarazo en un Deficiencia de yodo región : una sección transversal Encuesta** . Nutrientes , Basilea, vol. 14, n.º 7, pág. 1393, 2022. DOI: 10.3390/nu14071393. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9002466/> Consultado el: 5 de mayo de 2026.

MARANGONI, Franca et al. **Dieta materna y nutritivo requisitos en el embarazo y Lactancia materna : un documento de consenso italiano** . Nutrientes , Basilea, vol. 8, n.º 10, pág. 629, 2016. DOI: 10.3390/nu8100629. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5084016/> Consultado el 3 de marzo de 2026.

MAZZO, María Helena Soares da Nóbrega et al. **Percepción de las púerperas sobre su periodo posparto**. Investigación en Enfermería : Imagen y Desarrollo , Bogotá, vol. 20, núm. 2, págs. 1-9, 2018. DOI: 10.11144/Javeriana.ie20-2.ppsp. Disponible en: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/download/16263/21039/92507> Consultado el 3 de marzo de 2026.

MELO, Daiane Sousa; OLIVEIRA, Mariane Helen de; PEREIRA, Débora dos Santos. **Avances en Brasil en la protección, promoción y apoyo a la lactancia materna desde la perspectiva del Colectivo Mundial de Lactancia Materna** . Revista Paulista de Pediatria, São Paulo , v. 39, e2019296, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/19840462/2021/39/2019296> . Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/yyBMQgsjQYVS4RGYfPjH3xK/?lang=pt> . Consultado el: 5 de marzo de 2026.

MELBY, Christopher L. et al. **Producción agrícola de alimentos diversidad y dietético diversidad entre femenino pequeño titular agricultores en una región de el Los Andes ecuatorianos experimentan nutrición Transition** Nutrients , Basilea, vol. 12, n.º 8, pág. 2454, 2020. DOI: 10.3390/nu12082454. Disponible en : <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7468725/> Consultado el 3 de marzo de 2026.

OSÓRIO, Mónica María. **Factores determinantes de la anemia en niños.**

Sociedad Brasileña de Pediatría , *Revista de Pediatría* , Río de Janeiro, vol. 78, n.º 4, págs. 269-278, 2002. DOI: 10.2223/JPED.860. Disponible en:

<https://www.scielo.br/j/jped/a/FvZJVLh63fK39WbtRGFG3Bn/?lang=pt> Consultado el 3 de marzo de 2026.

POPKIN, Barry M.; CORVALAN, Camila; GRUMMER-STRAWN, Laurence M. **Dinámica de el doble carga de desnutrición y el cambio Realidad nutricional .** The Lancet, Londres, vol. 395, n.º 10217, págs. 65-74, 2020. DOI: 10.1016/S01406736(19)32497-3. Disponible en:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7179702/> . Consultado el 9 de marzo de 2026.

ROSENTHAL, Jorge y otros. **Nacional y población regional atribuible fracciones para la anemia riesgo factores ( hierro , folato y vitamina B12) en Belice: potencial impacto de Fortificación .** Revista Panamericana de Salud Pública, Washington, vol. 48, pág. e61, 2024. DOI: 10.26633/RPSP.2024.61 Disponible en:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11225218/> . Consultado el 16 de marzo de 2026.

SANTOS, Luciana F. **Nutricionistas en la atención primaria de salud y atención nutricional para la población adulta en el municipio de São Paulo, SP, Brasil.** Física :

Revista de Salud Pública, vol. 32, n.º 3, pág. e320335, 2022. DOI:10.20435/inter .

v23i3.3311 Disponible en:

<https://www.scielo.br/j/inter/a/yd5xYwjgw8zNzszSgSZZD4w/abstract/?lang=pt> . Consultado el: 5 de mayo de 2026.

SANTOS, Quenia dos; SICHIERI, Rosely; MARCHIONI, Dirce ML; MUY JUNIOR, Eliseu. **brasileño embarazada y lactando las mujeres no cambiar su ingesta de alimentos a encontrarse nutricional objetivos .** Embarazo de BMC y Parto , Londres, vol. 14, n.º 186, 2014. DOI: 10.1186/1471-2393-14-186. Disponible en:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4049461/> . Consultado el 5 de mayo de 2026.

SAUER, Cassandra et al. **Explorando conductual intervenciones a mejorar adherencia a múltiple micronutrient suplementación entre embarazada mujeres en Camboya : un estudio de métodos mixtos estudiar .** Nutrientes , Basilea, vol. 18, n.º 4, pág. 583, 2026. DOI: 10.3390/nu18040583. Disponible en:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12943067/> . Consultado el: 20 de marzo de 2026.

VASCONCELOS, FAG; BRICARELLO, LP. Historia de la nutrición en Brasil. En: ROSSI, L.; POLTRONIERI, F. (eds.). **Tratado de Nutrición y Dietoterapia .** 2.ª ed. Río de Janeiro: Guanabara Koogan, 2023. págs. 3-9. Disponible en:

<https://app.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788527739771/epubcfi/6/26%5B%3Bvnd.vst.idref%3Dchapter001%5D!/4/112/5:238%5Bnej%2Cand%5D> . Consultado el: 2 de abril de 2026 .

VICTORA, César G. et al. **Revisando la maternidad y niño desnutrición en personas de bajos ingresos y países de ingresos medios : variable progreso hacia un Agenda inconclusa .** The Lancet , Londres, vol. 397, n.º 10282, págs. 1388–1399, 2021. DOI:

10.1016/S0140-6736(21)00394-9. Disponible en:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7613170/> . Consultado el: 20 de marzo de 2026.



WELLS, Jonathan CK et al. **El doble carga de malnutrición : etiológica vías y consecuencias para la salud** . The Lancet, Londres, vol. 395, n.º 10217, pág. 75-88, 2020. DOI: 10.1016/S0140-6736(19)32472-9. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7613491/> Consultado el 3 de marzo de 2026.