



La salud Según Lilia

Dra. María Lilia Cedillo Ramírez

Rectora de la BUAP y
especialista en Microbiología



**Para comentarios, sugerencias y
opiniones les dejo mi correo:
lcedil9@gmail.com**

“Mami vales mil, nunca cambies”

Hola queridos amigos, estos días se dedican a las madres así como a los maestros.

Este mes nos hace recordar a las madres, todas merecen nuestro reconocimiento por su labor tan loable, miren que eso de cuidarse durante el embarazo, sufrir los efectos de las hormonas estradiol y progesterona que se van hasta el cielo, el estradiol al final del embarazo puede alcanzar hasta 60 veces su concentración basal en mujeres no embarazadas. Las hormonas sexuales femeninas juegan un papel muy importante durante el embarazo, de ellas dependen en buena medida que el embarazo transcurra de manera normal.

También se sabe que las hormonas sexuales dependiendo de su concentración pueden actuar como inmunomoduladores. Al principio del embarazo cuando su concentración comienza a aumentar se produce un efecto de tolerancia inmunológica. Esto ayuda a que la mamá no rechace al bebé, recordemos que el bebé tiene genes del papá y ello implica que sintetizará proteínas que pueden reconocerse como extrañas por nuestro sistema inmune, por ello durante los primeros meses del embarazo, las mamis pueden padecer de algunas infecciones.

Las hormonas siguen aumentando a lo largo del embarazo y para el final del mismo estas hormonas pueden tener un efecto inmunoestimulador y así durante el último trimestre del embarazo la futura mamá va a producir una gran cantidad de anticuerpos contra microorganismos que en el pasado hemos padecido y así el bebé estará protegido al nacer contra esos bichitos que seguramente entrarán en contacto con el peque desde el momento mismo en que nace y que todos lo tocan y lo besuquean o desde el momento en que respira o que ingiere alimentos, estos bichitos le darán su bienvenida al bebé a este planeta.

Pero qué creen, para eso están las súper mamis que protegerán al pequeño mediante medidas higiénicas, será el instinto, los consejos de las abuelas, tías y vecinas o sabe Dios por qué pero las mamis todo lo saben y lo que no pues lo investigan, el caso es que el primer acto de amor y protección se da cuando lo amamantan y cuando se lavan las manos antes de darle de comer al chiquitín o cuando le acaban de cambiar el pañal y le preparan el biberón.

También cuando esterilizan los biberones así como cuando le hierven su agua, cuando lavan el chupón cada vez que este se cae, están cuidando al peque de los bichos mal plan.

Cuando el peque crece y trata de conocer el mundo a través de la boquita, chupando cuanto juguete y objeto se encuentra, mami siempre trata de evitarlo y lava cuidadosamente sus juguetes.

Las mamis también son quienes están atentas de cuando los chiquitines requieren sus vacunas y los llevan a vacunar puntualmente. Tan pronto los chiquitos crecen seguramente se van a caer y es ella quién lavará y desinfectará sus heridas, para evitar que éstas se infecten. También mami preparará de manera higiénica los alimentos para evitar que el niño padezca de los terribles chorrillos o “corre que te alcanza”.

Mami será quien evite el contacto del niño con otros niños enfermos, quien en la época de frío los cubre, los hidrata bien y los procurará para evitar los temidos resfriados.

Gracias mami por todo y como dijera las chicas de secundaria, “mami vales mil, nunca cambies”.

Felicidades a todas las mamás de este planeta.