

Hipertensión en el Embarazo

¿Qué me está ocurriendo?

Su sistema circulatorio está constituido del corazón y los vasos sanguíneos. Cada vez que su corazón late (se contrae), bombea sangre llena de oxígeno hacia las arterias. Las arterias llevan sangre a todas partes del cuerpo, incluso a sus órganos principales. La sangre regresa a su corazón a través de las venas.

Este sistema funciona debido a la presión en la sangre. La presión impulsa la sangre a través de las arterias. Su corazón supe parte de la presión cuando late y impulsa la sangre en las arterias. Las arteriolas (las ramas más pequeñas de las arterias) también suplen presión. Las arteriolas están cubiertas con una capa de músculo. Cuando esta capa de músculo se relaja, la presión en la sangre es normal y la sangre fluye sin problemas. A veces, la capa de músculo se contrae y las arteriolas se cierran ocasionando que la presión en la sangre se eleve. La presión elevada en la sangre se conoce como hipertensión.

Su presión sanguínea comúnmente varía durante su embarazo y puede verificarse con un dispositivo manual o electrónico.

Atención Obstétrica en Casa

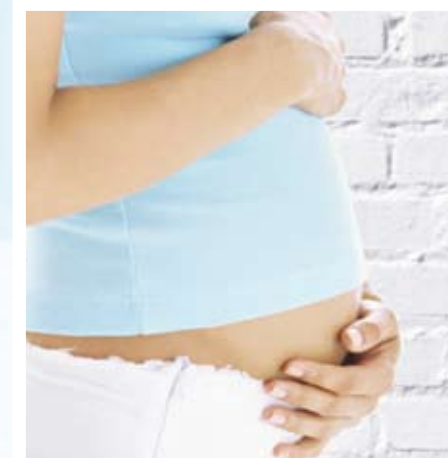
Su médico podría prescribir el Programa de Atención Obstétrica en Casa Alere®. Enfermeras con experiencia en la atención de mujeres embarazadas con hipertensión le ayudarán a aprender más sobre dicha condición y supervisarán más estrechamente cualquier señal de empeoramiento de la presión sanguínea alta durante su embarazo. Ellas trabajan cuidadosamente con usted y su médico para supervisar su salud y la de su bebé.

Para más información, contacta a su médico o la llamada Alere en 800-950-3963

Comprensión de la Hipertensión en el Embarazo

(Presión Sanguínea Alta)

Lo que usted necesita saber



Alere®

Women's & Children's Health

© 2008 Inverness Medical. All rights reserved. Alere is a trademark of the Inverness Medical group of companies.

GCA 03184 10/08

Alere®

Women's & Children's Health

¿Cómo puedo revisar mi presión arterial?

- La presión arterial se revisa con un instrumento manual o electrónico.
- El número de arriba determina la presión sistólica, la presión en las arterias cuando bombea el corazón.
- El número de abajo determina la presión diastólica, y se refiere a la presión en las arterias cuando el corazón se relaja.
- Una presión arterial con una lectura de 140/ 90 o más es un signo de presión arterial alta.

¿Causa esto problemas en el embarazo?

- La presión sanguínea a menudo varía durante el embarazo.
- Durante la mitad del embarazo, la presión tiende a ser baja de modo que es importante para su médico conocer cuál era su presión antes de quedar embarazada y durante las primeras semanas de embarazo.
- La hipertensión crónica afecta tanto a los hombres como a las mujeres es duradera, y puede requerir tratamientos con medicamentos
- Ocurren varios problemas de presión arterial alta sólo durante el embarazo:
 - La hipertensión gravídica en la cual la presión arterial elevada es el único síntoma
 - Preeclampsia es alta presión con proteína en la orina. Sus manos, rostro y pies pueden hincharse

¿Quién sufre de preeclampsia?

- Cuatro de cada 100 mujeres¹
- Cualquier mujer con hipertensión crónica o con presión arterial normal puede sufrir de preeclampsia.
- Ocurre a menudo con el primer embarazo.
- Puede ocurrir en otros embarazos (Segundo o tercero).
- Más común en gestaciones múltiples (gemelos o más).
- Más común en mujeres con diabetes.

- Adolescentes y mujeres mayores de 30 años corren un alto riesgo.
- Mujeres que han tenido presión arterial alta, renopatías u otras condiciones médicas también corren riesgo.

¿Y qué ocurre con mi bebé?

La presión alta durante el embarazo puede afectar el desarrollo de su bebé causando menos flujo sanguíneo a la placenta a medida en que las arteriolas se cierran, la sangre puede fluir menos a través de los vasos sanguíneos hacia la placenta. Debido a que menos oxígeno y nutrientes llegan al bebé no nacido, se puede retrasar el crecimiento. Puesto que la presión sanguínea puede perjudicar a su bebé, su médico puede observar y evaluar a su bebé con más frecuencia en alguna de las siguientes maneras:

- **Conteo de Movimientos Fetales** | Una rutina simple con la que se cuenta los movimientos de su bebé por periodos establecidos de tiempo cada día,
- **El Ultrasonido o Sonograma** | Examen que utiliza las ondas sonoras para mostrar “fotografías” de su bebé, el líquido amniótico, membranas y placenta. Esto ayuda a su médico a conocer si su presión sanguínea ha retrasado a crecimiento de su bebé o el funcionamiento de su placenta,
- **Cardiotocografía en Reposo (NST)** | Prueba que registra la frecuencia cardíaca del bebé en un monitor y la reacción de los movimientos del bebé esto muestra la salud del bebé,
- **Amniocentesis** | Prueba que decide si los pulmones del bebé son lo suficientemente maduros para que respire por su cuenta,
- **Perfil Biofísico (BPP)** | Prueba que usa ultrasonido y monitores para evaluar el corazón y que decide la salud del bebé.

Si alguna de estas pruebas muestra que el bebé tiene problemas, su médico puede verificar su estado haciéndole venir al consultorio más a menudo o hacer más pruebas. Si su condición necesita ser observada más cuidadosamente, puede tener que permanecer en el hospital.



Coma una dieta balanceada y saludable según lo indique su médico

¿Cuáles son los signos de advertencia que indican el empeoramiento de la presión sanguínea alta?

Preste mucha atención a su cuerpo y aprenda lo que es “normal” para usted. Entonces sabrá lo que “no es normal”. Si usted tiene alguno de estos síntomas debería comunicárselo a su médico:

- Hinchazón en el rostro, manos o pies temprano en la mañana,
- Dolores de cabeza que no se eliminan con analgésicos simples que su médico le permite ingerir (por ejemplo Tylenol®),
- Problemas con su visión: visión borrosa, ver “manchas” o “cataratas plateadas,”
- Se debe informar a su médico sobre cualquier dolor en la zona derecha superior del estómago de inmediato,
- Cólicos y sangrados abdominales – Dolores graves con o sin sangrado de la vagina podría significar que la placenta se ha separado de la pared del útero una condición grave. Si usted tiene estos síntomas llame a su médico de inmediato.

¿Qué más puedo hacer?

- Asista a todas sus citas con su médico.
- Coma una dieta balanceada y saludable según lo indique su médico.
- Siga las instrucciones de su médico en cuanto al límite de sus actividades físicas y tomese sus medicinas.
- Dígame a su médico si usted tiene alguno de los síntomas mencionados.