

Prevención de la Preeclampsia en la gestación

M^a Carmen Muros Naranjo. Matrona.
Eva Luque López. Matrona. Dispositivo de Apoyo La Vega.



Servicio Andaluz de Salud
CONSEJERÍA DE SALUD

Resumen:

La preeclampsia es una de las patologías más graves que pueden aparecer durante el embarazo, provocando una alta morbi-mortalidad materno-fetal. El objetivo de esta revisión es analizar las recomendaciones que existen para prevenir la preeclampsia, encontrándose estudios que demuestran que reducir la actividad física y/o la administración de calcio y ácido linoleico durante el tercer trimestre de embarazo disminuyen la incidencia de preeclampsia, en cambio, no existen pruebas suficientes para concluir que la restricción de sal en la dieta pueda disminuir esta incidencia.

Introducción y Objetivos:

La preeclampsia (o toxemia) es un trastorno que usualmente se asocia con una presión arterial elevada y proteinuria. Ocurre en cualquier momento durante la segunda mitad del embarazo o en las primeras semanas después del parto, y cuando es grave, puede afectar al hígado, riñones, sistema de coagulación o cerebro de la mujer. La placenta también puede ser afectada, provocando un riesgo mayor de desprendimiento placentario, crecimiento deficiente y parto prematuro. Se calcula que la preeclampsia complica entre el 2-8% de los embarazos. El objetivo de este trabajo es analizar las recomendaciones para prevenir la preeclampsia y sus complicaciones durante el embarazo.

Metodología:

Se realiza una revisión bibliográfica en las bases de datos electrónicas Cochrane Plus, Cuiden y Pubmed, con las siguientes palabras clave: embarazo, preeclampsia, estados hipertensivos, recomendaciones, prevención.

Resultados:

Dos estudios compararon la recomendación de restringir la ingesta dietética de sal con la recomendación de continuar con la ingesta normal. Los intervalos de confianza fueron amplios y cruzaron la línea de ningún efecto, incluida la preeclampsia. No hubo pruebas suficientes para establecer conclusiones acerca de los efectos de la recomendación de reducir la ingesta de sal.

Dos ensayos aleatorios evaluaron los efectos del reposo o reducir la actividad física para prevenir la preeclampsia y sus complicaciones. Observaron una reducción estadísticamente significativa en el riesgo relativo de preeclampsia con un período de reposo de 4 a 6 horas por día, en comparación con la actividad normal.

También se relacionó el reposo de 30 minutos/día junto a la administración de suplementos nutricionales con una reducción del riesgo de preeclampsia.

Otro estudio realizado en 12 centros de salud de Cali (2014), afirma que el calcio elemental y el ácido linoleico en dosis bajas durante el tercer trimestre del embarazo, disminuye significativamente la incidencia de preeclampsia en pacientes con alto riesgo de desarrollarla.

Conclusiones:

La preeclampsia es una de las patologías con mayor gravedad que pueden aparecer durante el embarazo.

La prevención más efectiva es un control periódico y sistematizado del embarazo, en el que incluya la vigilancia de la presión arterial de forma sistemática en cada visita e informar de las recomendaciones más relevantes según la evidencia científica.

Bibliografía:

1. Herrera J.A et al. 2014. Calcio-ácido linoleico en la prevención de la preeclampsia y la hipertensión arterial inducida por el embarazo.
2. Duley L. et al. Regímenes alternativos de sulfato de magnesio para mujeres con preeclampsia y eclampsia. Cochrane Database of Systemic Review 2010.
3. Meher S et al. Reposo durante el embarazo para la prevención de la preeclampsia y sus complicaciones en mujeres con presión arterial normal. Biblioteca Cochrane Plus, 2008.
4. Carrera J.M. et al. Protocolos de Obstetricia y Perinatal del Instituto Dexeus. 4^a Edición. Barcelona. Masson. 2006. pág. 188.
5. SEGO. Protocolos asistenciales en Obstetricia. Trastornos hipertensivos del embarazo. 2006.