

## Nauseas y Vómitos durante el Embarazo

Esta hoja habla de la náusea y el vómito durante el embarazo. En cada embarazo, las mujeres tienen del 3 al 5 por ciento de probabilidad de tener un bebé con defectos congénitos. Esta información no deberá usarse como un sustituto del cuidado médico o los consejos de su proveedor de la salud.

### *¿Qué es la náusea y el vómito durante el embarazo?*

La náusea y el vómito es la condición médica más común del embarazo, lo cual afecta entre el 50 al 70% de todos los embarazos de alguna manera u otra. La náusea y el vómito pueden ser causados por el cambio hormonal en el organismo de una mujer durante el embarazo, aunque esto no se sabe a ciencia cierta. De cualquier manera, se terminan al final de tercer mes de embarazo, aunque hasta el 20% de las mujeres continúan teniendo los síntomas durante todo el embarazo. Náuseas y vómitos severos conocidos como (hyperemesis gravidarum) afectan al 1% de las mujeres. Náuseas y vómitos severos pueden debilitar y puede ser necesaria la hospitalización y re-hidratación de líquidos. Los casos menos severos pueden tener un impacto importante en la habilidad de las mujeres para manejar su vida cotidiana.

### *¿El sufrir náuseas y vómitos daña a mi bebé?*

Se piensa que las náuseas y vómitos tienen un efecto de protección en el feto. Los estudios han demostrado que las mujeres que sufren de náuseas y vómitos tienen bebés con menos malformaciones y menos abortos espontáneos.

### *Si tengo náuseas y vómitos durante mi primer embarazo, ¿los tendré en mis siguientes embarazos?*

Desafortunadamente, no hay forma de predecir si en cada embarazo tendrá náuseas y vómitos, sin embargo, muchas mujeres que tuvieron náuseas y vómitos durante su primer embarazo a menudo tienen síntomas durante sus demás embarazos.

### *¿Hay algún tratamiento seguro y efectivo para esta condición?*

En los Estados Unidos, hubo un medicamento efectivo Bendectin<sup>®</sup> el cual tenía doxylamina (un antihistamínico) y piridoxina (vitamina B6). En 1983 voluntariamente se quitó del mercado por considerar que quizá causaba un riesgo de malformaciones. Varios estudios han confirmado que este medicamento *no* aumentó el riesgo a malformaciones en los fetos en desarrollo. En Canadá una compañía continúa fabricando el mismo medicamento bajo el nombre de Diclectin<sup>®</sup>. Se ha recomendado como un medicamento para las náuseas y vómitos por la Sociedad de Obstetras y Ginecólogos de Canadá y la Salud de Canadá. Hay planes para traer Diclectin<sup>®</sup> a los Estados Unidos.

Algunos médicos le han recomendado a las mujeres que tomen la combinación de doxilamina y Vitamina B6 (piridoxina) ya que ambas se pueden comprar sin receta médica. Es importante que consulte a su médico antes de tomar cualquier medicamento durante el embarazo.

### *¿Existen otros medicamentos que se puedan recetar por las náuseas y vómitos?*

Una variedad de medicamentos pueden tratar las náuseas y vómitos. Recuerde que antes de usar cualquier medicamento usted deberá consultar a su médico para determinar el mejor medicamento para tratar sus síntomas. Se piensa que algunos medicamentos que se han usado para tratar las náuseas y vómitos son seguros y efectivos. Algunos de éstos son:

- doxylamine succinate
- dimenhidrinato
- trimethobenzamide
- hidroxizina
- prometazina

- proclorperazina
- metoclopramida
- meclizina
- difenhidramina

Además, Zofran® (ondansetrón) un medicamento para tratar las náuseas y vómitos después de la quimioterapia. Cada vez se usa más para las náuseas y vómitos del embarazo. Se realizó un estudio con 176 mujeres después de que usaron Zofran en el primer trimestre. No hubo ningún incremento en la tasa de malformaciones (2.2%) y se vio su efectividad.

### ***¿Hay algunos productos o hierbas naturales efectivos?***

La Vitamina B6 (piridoxina) y los productos de jengibre son dos de los productos naturales/herbales que se han estudiado para el tratamiento de las náuseas y vómitos en el embarazo. Uno de los estudios demostró que las mujeres quienes toman multivitaminas con vitamina B6 antes del embarazo tuvieron menos náuseas y vómitos y hubo una reducción en la severidad de los síntomas cuando se usaron durante el embarazo. Dos pruebas controladas que usaron raíz de jengibre en polvo mostró una reducción importante en las náuseas y vómitos en las mujeres que tomaron jengibre. Otro estudio hizo un seguimiento de 187 mujeres quienes usaron varias formas de jengibre en el primer trimestre del embarazo y se vio que no hubo un incremento en la tasa de malformaciones y sí fue muy efectivo para las náuseas y vómitos durante el embarazo. Es importante consultar a su médico antes de usar estos productos ya que pueden interferir con otros medicamentos o contener hierbas dañinas.

### ***He escuchado que la acupresión y la acuestimulación pueden ser de ayuda.***

Se han realizados algunos estudios para examinar la efectividad de estos tipos de tratamientos. Se vio que estos métodos (los cuales estimulan el punto P6 en la parte interna de la muñeca con una aguja o corriente eléctrica muy baja) puede controlar los síntomas de las náuseas y vómitos. Se necesitan más estudios en esta área.

### ***También he sabido que la hipnosis puede ayudar a controlar estos síntomas.***

Algunos estudios han indicado que la hipnosis puede ayudar a tratar las náuseas y vómitos después de la quimioterapia. Cuando se les hipnotizó a 138 mujeres con náuseas y vómitos durante el embarazo, el 88% reportó un cese a las

náuseas y vómitos después de tres sesiones de hipnosis. Sin embargo, ya que estas mujeres se acercaban al final del primer trimestre del embarazo, no se pudo saber si las náuseas y vómitos hubieran parado sin la hipnosis.

### ***¿Cómo puedo obtener más información sobre las náuseas y vómito durante el embarazo?***

El programa Motherisk en Toronto, Canadá cuenta con una línea de teléfono dedicada a las mujeres quienes sufren de náuseas y vómitos durante el embarazo. El Programa Motherisk es miembro de OTIS y cuenta con asesores capacitados especialmente en náuseas y vómitos durante el embarazo. Ellos puedan hablar con usted de cualquier preocupación que usted pueda tener sobre esta difícil condición durante el embarazo. Desde cualquier parte de los Estados Unidos puede llamar sin costo al:

**1 800-436-8477.**

**Enero 2007.**

Derechos de Autor por OTIS.  
Reproducido con permiso.



### **Referencias Seleccionadas:**

- Buckwalter JG and Simpson SW. 2002. Psychological factors in the etiology and treatment of severe nausea and vomiting. *Am J Obstet Gynecol* 186:S210-S214.
- Einerson A, et al. 2004. The safety of ondansetron for the treatment of NVP in pregnancy. *BJOG* 111(9):940-943.
- Gadsby R, et al. 1993. A prospective study of nausea and vomiting during pregnancy. *Br J Gen Pract* 43(371):245-248.
- Koren G and Bishai R, ed. 2000. Nausea and Vomiting of Pregnancy: state of the art. Volume 1. Toronto: Motherisk. p219.
- Magee LA, et al. 2002. Evidenced-based review of safety and effectiveness of pharmacologic therapy for nausea and vomiting of pregnancy (NVP). *Am J Obstet Gynecol* 186:S256-S261.
- Niebyl JR and Goodwin TM. 2002. Overview of nausea and vomiting of pregnancy with an emphasis on vitamins and ginger. *Am J Obstet Gynecol* 186(5):S253.
- O'Brien B and Naber S. 1992. Nausea and vomiting during pregnancy: effects on the quality of women's lives. *Birth* 19(3):138-143.
- Potnoi G, et al. 2003. The safety and effectiveness of ginger for the treatment of nausea and vomiting of pregnancy. *Am J Obstet Gynecol* 189(5):1374-1377.
- Roscoe JA and Mattson SE. 2002. Acupressure and acustimulation bands for control of nausea: a brief review. *Am J Obstet Gynecol* 186:S244-S247.

*Si tiene cualquier pregunta sobre la información en esta hoja informativa u otras exposiciones durante el embarazo, llame a **OTIS** al **1-866-626-6847**.*