



## ¿Qué es la hipertensión inducida por el embarazo (Pregnancy-Induced Hypertension, PIH)?

---

La hipertensión inducida por el embarazo (PIH), a la que también se denomina toxemia o preclampsia, es un problema que ocurre en algunas mujeres durante el embarazo. Puede suceder durante la segunda mitad del embarazo. Su médico buscará los siguientes síntomas de PIH: presión arterial alta, hinchazón que no desaparece y grandes cantidades de proteína en la orina.

### ¿Quién está en riesgo de desarrollar PIH?

---

La PIH es más común en el primer embarazo y en las mujeres cuyas madres o hermanas tuvieron PIH. El riesgo de PIH es mayor en las mujeres con embarazo múltiple, en las madres adolescentes y en las mujeres mayores de 40 años. Otras mujeres en riesgo son aquellas que tuvieron presión arterial alta o enfermedad renal antes de quedar embarazadas. Se desconoce la causa de PIH.

### ¿La presión arterial alta significa que tengo PIH?

---

No necesariamente. Si su médico ve que su presión arterial está alta, la controlará atentamente para detectar cambios que pudieran indicar que tiene PIH. Además de tener presión arterial alta, las mujeres con PIH tienen una hinchazón excesiva. También pueden tener proteína en la orina. Muchas mujeres con presión arterial alta durante el embarazo no tienen proteína en la orina ni hinchazón excesiva, y no desarrollan PIH.

### ¿La hinchazón significa que tengo PIH?

---

La hinchazón por sí sola no necesariamente significa que tenga PIH. Es normal tener algo de hinchazón durante el embarazo. Por ejemplo, es posible que los anillos o el calzado le ajusten demasiado. La hinchazón es más grave si no desaparece después de haber descansado, si es muy evidente en el rostro y las manos o si implica un aumento rápido de peso de más de 5 libras en una semana.

### ¿Qué exámenes pueden mostrar si tengo PIH?

---

Ningún examen sirve para diagnosticar PIH. Se controlará su presión arterial durante cada visita al médico. Un aumento importante en la presión arterial puede ser un signo temprano de PIH. Un análisis de orina puede determinar si hay proteína en la orina. Su médico puede solicitarle ciertos análisis de sangre que pueden determinar si usted tiene PIH. Si presenta signos de PIH, es posible que su médico desee verla al menos una vez por semana y, posiblemente, todos los días.

(continúa en la página siguiente)

## ¿Cuáles son los riesgos de la PIH para el bebé y para mí?

---

La PIH puede impedir que la placenta (la cual proporciona aire y alimento al bebé) reciba suficiente sangre. Si la placenta no recibe suficiente sangre, el bebé recibe menos aire y alimento. Esto puede provocar que el bebé nazca con bajo peso y tenga otros problemas.

La mayoría de las mujeres con PIH tiene bebés sanos de todos modos. Algunas desarrollan una afección denominada eclampsia (PIH con convulsiones), que es muy grave para la madre y el bebé, u otros problemas graves. Afortunadamente, la PIH por lo general se detecta de forma temprana en las mujeres que reciben atención prenatal regular, y la mayoría de los problemas pueden prevenirse.

## ¿Cómo se trata la PIH?

---

Si tiene PIH, la mejor forma de protegerlos a usted y a su bebé es que dé a luz al bebé. Esto no siempre es posible porque puede ser demasiado pronto para que el bebé viva fuera del útero.

Si el parto no es posible porque el embarazo no está lo suficientemente avanzado, pueden tomarse medidas para manejar la PIH hasta que nazca el bebé. Estas medidas incluyen la disminución de la presión arterial, con reposo o medicamentos, y un seguimiento estricto de usted y su bebé. En algunos casos, puede que se necesite hospitalización.

Una forma de controlar la presión arterial alta cuando no está embarazada es disminuir la cantidad de sal ingerida. No es una buena idea hacerlo si tiene presión arterial alta durante el embarazo. Su cuerpo necesita sal para mantener el flujo de líquidos en el cuerpo, de modo que necesita ingerir una cantidad normal de sal. Su médico le indicará cuánta sal debe ingerir por día y qué cantidad de agua debe beber por día.

Es posible que su médico también le diga que tome aspirina o calcio extra a fin de prevenir la PIH. Su médico también puede decirle que se recueste sobre el costado izquierdo cuando descansa. Eso mejorará el flujo sanguíneo y quitará peso de los vasos sanguíneos grandes. Muchos médicos indican sulfato de magnesio para sus pacientes durante el trabajo de parto y durante algunos días después para prevenir la eclampsia. Hable con su médico sobre estos temas.

## Si mi médico decide que el bebé debe nacer en forma anticipada, ¿debo realizarme una cesárea?

---

Esto depende de usted y su médico. Es más probable que se realice una cesárea (una operación para retirar al bebé) si su salud o la de su bebé están en peligro. Si las cosas no son tan graves, su médico puede usar medicamentos (como oxitocina) para iniciar el trabajo de parto, y usted puede tener a su hijo mediante un parto vaginal.

## Síntomas de PIH

---

Si tiene cualquiera de estos síntomas, llame a su médico de inmediato:

- Dolores de cabeza intensos
- Vomita sangre
- Hinchazón excesiva de los pies y las manos
- Menor cantidad de orina o ausencia de orina
- Sangre en la orina
- Latidos cardíaco acelerados
- Mareos
- Náuseas excesivas
- Zumbido en los oídos
- Vómitos excesivos
- Somnolencia
- Fiebre
- Visión doble
- Visión borrosa
- Ceguera repentina
- Dolor en el abdomen (estómago)

Fuente: American Academy of Family Physicians