

Herramienta interactiva sobre los períodos críticos del embarazo de MotherToBaby

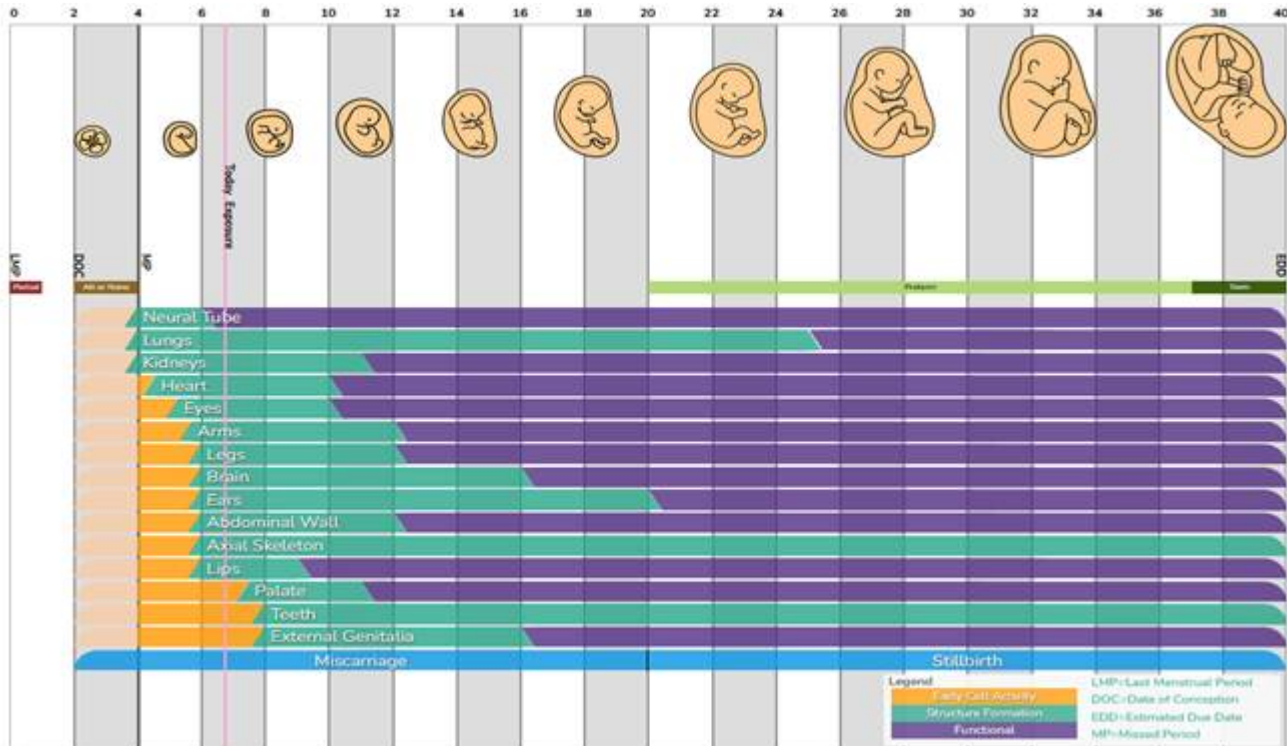
Comprender los períodos críticos del embarazo

Kendra, recién embarazada de 7 semanas, llamó a MotherToBaby a última hora de la tarde con una pregunta que le había causado mucha ansiedad. El norovirus corría desenfrenado en su casa y sentía muchas náuseas. Explicó que había tomado una sola dosis de Zofran (ondansetrón) temprano esa mañana, habiendo encontrado alivio con este medicamento anteriormente. Estaba segura de que el medicamento estaba bien para tomar durante el embarazo, pero después de buscar en línea, se preocupó. Kendra compartió que había leído información contradictoria sobre si Zofran aumentaba el riesgo de defectos de nacimiento, con algunos estudios mostrando una mayor probabilidad de defecto cardíaco y paladar hendido, y otros estudios no mostrando un mayor riesgo. Sintiendo confundida, Kendra contactó a MotherToBaby con su pregunta para recibir información personalizada.

Hablando con Kendra, primero expliqué que los defectos de nacimiento pueden ocurrir en cualquier embarazo por diferentes razones. De todos los bebés que nacen cada año, aproximadamente 3 de cada 100 (3%) tendrán un defecto de nacimiento. Los problemas del embarazo (como el aborto espontáneo) también pueden ocurrir en cualquier embarazo. A veces, las exposiciones como medicamentos, drogas, alcohol e infecciones pueden aumentar la posibilidad de defectos de nacimiento o complicaciones del embarazo. Sin embargo, para que una exposición cause un problema, generalmente tiene que ocurrir durante el «período crítico» cuando se está formando una parte del cuerpo.

Para ayudar a Kendra a comprender mejor el posible riesgo de su exposición al Zofran, utilicé la nueva e **interactiva herramienta sobre los períodos críticos del embarazo** de MotherToBaby. Esta útil calculadora de embarazo y gráfico muestra cuándo se forman las diferentes partes del cuerpo de un bebé durante el embarazo y cuándo pueden ocurrir defectos de nacimiento o complicaciones en el embarazo. Al ingresar la fecha del primer día de su último período menstrual (FUM) o la fecha estimada de parto (FEP), la calculadora puede estimar qué tan avanzado está el embarazo el día de hoy. Las mujeres que tengan preguntas sobre las exposiciones durante el embarazo pueden ingresar la(s) fecha(s) específica(s) en que ocurrió la exposición (como el uso de medicamentos o el consumo de alcohol), y el gráfico mostrará las partes del cuerpo que se están desarrollando durante ese tiempo.

Después de ingresar el primer día de la última menstruación de Kendra, la herramienta interactiva confirmó que tenía 6 semanas y 5 días de embarazo. Luego ingresé su exposición a Zofran usando la fecha de hoy, lo que resultó en una línea rosa que apareció en el gráfico. Siguiendo esta línea en el gráfico, pude ver todas las diferentes partes del cuerpo que se estaban formando actualmente. Le expliqué a Kendra que cuando tomó el Zofran, el paladar (paladar) aún no había comenzado a formarse, lo que significaba que era poco probable que el uso de medicamentos aumentara la posibilidad de paladar hendido en el bebé. El gráfico también me ayudó a ver que el corazón del bebé se estaba desarrollando en ese momento. Compartí esto con Kendra, pero también le recordé que las últimas investigaciones muestran que se cree que hay menos del 1% de posibilidades de defectos cardíacos por la exposición a Zofran, lo que significa que hay más del 99% de posibilidades de que el corazón no se vea afectado por el uso del medicamento. En otras palabras, incluso cuando se produce una exposición preocupante durante el período crítico, no todos los bebés se verán afectados por ese defecto de nacimiento.



Please note days and weeks of pregnancy are an estimate only (timing depends on each pregnant person's menstrual cycle, ovulation, and implantation, which can vary). Additionally, information on when birth defects can occur is based on sparse data and subject to limitations. The information presented above is an estimate only, and some variation is expected.

Nueva Herramienta interactiva sobre los períodos críticos del embarazo

Para Kendra, ser capaz de entender qué partes específicas del cuerpo se estaban formando cuando tomó el Zofran y si realmente necesitaba preocuparse ayudó mucho a disminuir su ansiedad. Sabiendo que el corazón se estaba formando, decidió ponerse en contacto con su proveedor de atención médica para discutir opciones de tratamiento alternativas para las náuseas. Me alegró haber ayudado a responder la pregunta de Kendra utilizando esta herramienta visual, y espero poder volver a utilizarla en el futuro cuando las mujeres embarazadas tengan preguntas sobre el momento de su exposición.

Recuerde que nuestro equipo siempre está disponible para ayudar a revisar cualquier exposición que haya tenido y proporcionar una evaluación de riesgos personalizada. ¡No dude en ponerse en contacto con MotherToBaby por teléfono, chat, mensaje de texto o correo electrónico!

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en [MotherToBaby.org](https://www.MotherToBaby.org) .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 27 de mayo de 2025.

Herramienta interactiva sobre los períodos críticos del embarazo de MotherToBaby

La llegada del calor de la primavera y el verano nos impulsa a pasar más tiempo al aire libre y, para algunos, hacer planes de viaje, ya sea para una luna de miel, una luna de bebé u otra escapada estacional. Tal fue el caso de Yesenia, quien se puso en contacto con MotherToBaby con preguntas sobre sus próximas vacaciones de verano después de enterarse de que está embarazada. Yesenia sabía que con las temperaturas más cálidas aumenta la probabilidad de picaduras de mosquitos y las infecciones que pueden transmitir. Al igual que Yesenia, a medida que usted realiza más actividades al aire libre y planifica el tiempo de escapada, también puede tener preguntas sobre la exposición a estas infecciones y sus posibles efectos en el embarazo. Comprender los riesgos potenciales de estas enfermedades y las formas de protegerse puede ayudarla a tomar decisiones mejor informadas antes de decidir viajar. Este mes, MotherToBaby recurre a nuestro socio, la Sociedad de Medicina Materno-Fetal (SMFM), para responder algunas de las preguntas de Yesenia:

¿Qué son los vectores y las enfermedades transmitidas por vectores?

Los vectores son organismos vivos, como mosquitos, garrapatas, moscas picadoras o pulgas, que son capaces de transmitir enfermedades a los humanos a través de picaduras y otras formas de contacto. Algunos ejemplos comunes de estas enfermedades, llamadas enfermedades transmitidas por vectores, incluyen el chikunguña, el dengue, la malaria, el Oropuche y el Zika. Si bien los insectos portadores de enfermedades pueden picar durante todo el año, son más activos en el clima cálido. Muchas enfermedades transmitidas por vectores no tienen cura, y el tratamiento generalmente se limita a controlar los síntomas. ¡Por eso es importante protegerse de las picaduras!

¿Cómo pueden afectar las enfermedades transmitidas por vectores a un embarazo?

Puede haber complicaciones graves de salud para la madre con algunas infecciones transmitidas por vectores durante el embarazo, como anemia grave, sangrado y necesidad de hospitalización. Si la madre desarrolla complicaciones graves, esto aumenta la probabilidad de problemas para el bebé, como bajo peso al nacer, parto prematuro o muerte fetal. Algunas enfermedades transmitidas por vectores pueden transmitirse de madre a bebé durante el embarazo, lo que puede provocar defectos de nacimiento graves, como microcefalia (una afección en la que la cabeza es más pequeña de lo normal), otros defectos estructurales del cerebro y los ojos, y problemas con el desarrollo y la cognición a largo plazo (como el aprendizaje, la comprensión y la memoria). Para obtener más información, consulte las hojas informativas de MotherToBaby sobre **el dengue, la malaria, el Oropuche y el Zika**. Los Centros para el Control y la

Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) también tienen información sobre el chikunguña y otras enfermedades transmitidas por vectores.

Estoy embarazada y estoy planeando viajar. ¿Cómo puedo protegerme?

Estos son algunos consejos breves:

- Si viaja, consulte la página de **Avisos de salud para viajeros** de los CDC antes de reservar su viaje. Evite los viajes no esenciales a áreas de alto riesgo a partir de un aviso de nivel 2 o superior.
- Use el **Portal de información rápida de salud para viajeros** para obtener recomendaciones específicas del destino, como qué vacunas recibir para prevenir enfermedades relacionadas con el viaje.
- Use camisas de manga larga y pantalones cuando pase tiempo al aire libre.
- Aplique repelentes de insectos registrados por la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) en la piel expuesta y la ropa.
- Evite las actividades al aire libre durante el anochecer y el amanecer, cuando los mosquitos están más activos.
- Minimice la exposición a fuentes de agua abiertas, como piscinas y lagos, que son criaderos de vectores.
- Mantenga las ventanas y puertas cerradas o use ventiladores, mosquiteras de cama, y mosquiteras en las ventanas y puertas.
- Use la **Guía de salud de las viajeras embarazadas** (en inglés) de los CDC para obtener otros consejos generales de viaje.

¿Cuáles repelentes de insectos están registrados por la EPA? ¿Y son seguros para mí durante el embarazo?

Los repelentes de insectos registrados por la EPA incluyen:

- N, N-dietil-meta-toluamida (DEET)

- Picaridina
- IR3535
- Aceite de eucalipto limón
- Para-mentano-diol

La EPA ha estudiado estos repelentes de insectos por su eficacia y perfil de seguridad para la población general. Cuando se usan como se indica en la etiqueta del producto, no hay evidencia que sugiera que estos repelentes de insectos aumenten la posibilidad de defectos de nacimiento u otras complicaciones relacionadas con el embarazo. Para obtener información adicional, consulte la hoja informativa de MotherToBaby sobre **repelentes de insectos**.

¿Hay repelentes de insectos alternativos que pueda usar?

Otros productos repelentes de insectos a base de aceites esenciales, incluidas las pulseras y parches desechables, a menudo se anuncian como alternativas más seguras a los productos registrados por la EPA, pero no hay evidencia científica de que protejan eficazmente a usted y a su bebé contra los insectos portadores de enfermedades. Además, los aceites esenciales de estos productos, como la menta, la citronela y la hierba de limón, no están regulados por la EPA como pesticidas. Es mejor evitar estos productos en favor de los repelentes de insectos registrados por la EPA.

He leído sobre las «limpiezas de parásitos». ¿Trabajan en enfermedades transmitidas por vectores?

Los parásitos son organismos vivos que viven sobre o dentro de un huésped y pueden dañar los tejidos o desencadenar respuestas inmunitarias graves. Las enfermedades transmitidas por vectores son diferentes de las infecciones parasitarias. Pero es posible que haya visto publicaciones en las redes sociales que promocionan limpiezas de parásitos caseras que afirman «desintoxicar el cuerpo» y «matar parásitos» y se pregunte si podrían ayudar a prevenir estas enfermedades. La respuesta es un rotundo «no».

Estas limpiezas, que contienen una mezcla de hierbas, no tienen un historial comprobado de eficacia (que hacen lo que la etiqueta afirma) o seguridad (que no causarán síntomas no deseados), especialmente para su uso durante el embarazo. Aunque muchos de estos productos afirman atacar una amplia gama de parásitos, pueden tener efectos secundarios peligrosos y desconocidos para usted y su bebé.

Las enfermedades parasitarias y transmitidas por vectores son afecciones graves que requieren atención médica adecuada. No se pueden curar con estos productos. Si sospecha que tiene una infección parasitaria, o cualquier otra enfermedad grave, es importante que hable con un médico lo antes posible, especialmente durante el embarazo.

La conclusión

Entonces, ¿cuál es el consejo de SMFM para Yesenia para su próximo viaje? La conclusión para protegerse esta primavera y verano de las enfermedades transmitidas por vectores: manténgase alejada de las áreas de mayor riesgo, escoja los repelentes probados y seguros recomendados por la EPA y póngase en contacto con su proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta. ¡Buen viaje a Yesenia y a usted!



Más sobre nuestras coautoras invitadas de SMFM

La Dra. Naima T. Joseph es vicepresidenta del Comité de Enfermedades Infecciosas y Amenazas Emergentes de la Society for Maternal-Fetal Medicine (SMFM). La Dra. Joseph es especialista en medicina materno-fetal en el Departamento de Obstetricia y Ginecología del Boston Medical Center y profesora asistente en la Escuela de Medicina de la Universidad de Boston.



Hazel Salvador es pasante en la Society for Maternal-Fetal Medicine y estudiante de Maestría en Salud Pública (MPH) en la Universidad George Washington. Está interesada en la política de salud, la salud materno-infantil y la epidemiología, y espera obtener un doctorado en Salud Pública (DrPH) en el futuro. En su tiempo libre, disfruta viajar y jugar con sus dos loros.

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en [MotherToBaby.org](https://www.MotherToBaby.org) .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 27 de mayo de 2025.