

Tras Bambalinas en MotherToBaby

¿Sabía usted que el 70% de las mujeres embarazadas toman al menos un medicamento recetado en el embarazo? ¿Y que el 90% toma algún medicamento, que sea recetado o de venta libre? ¿Cómo se sabe si es seguro para una mujer embarazada tomar estos medicamentos?

Los especialistas en información de teratología (EIT) de MotherToBaby son expertos en responder a preguntas sobre cualquier posible aumento de riesgo asociado con el uso de un medicamento de venta libre o recetado, así como cualquier otra exposición. Un teratógeno es algo que puede aumentar el riesgo de defectos de nacimiento para el bebé en desarrollo, u otros problemas como un bebé más pequeño o un parto prematuro, cuando la exposición ocurre durante el embarazo. Se requiere una capacitación intensiva especial para convertirse en un EIT, antes de poder responder a las preguntas de los proveedores de atención de salud, las mujeres embarazadas y lactantes, sus familiares y parejas, los futuros padres adoptivos, y el público. Recibimos llamadas de personas de todas las edades, desde adolescentes hasta adultos mayores, incluso futuros abuelos. Los especialistas en teratología aprenden a investigar la pregunta, resumir los datos y luego comunicarlos de una manera que se entienda fácilmente. Cada contacto es un poco diferente porque cada escenario es diferente, pero eso hace que cada día sea infinitamente fascinante para nosotros en MotherToBaby que respondemos a sus preguntas.

Este trabajo es diferente al trabajo de otros proveedores de atención de salud, como asesores genéticos, parteras, u obstetras: generalmente no profundizamos en los antecedentes familiares y no hacemos recomendaciones directas. Tratamos de ser tranquilizadores a medida que le brindamos la información de exposición más actualizada. Consideramos los efectos potenciales tanto de tomar como no tomar un medicamento, suplemento de hierbas, o medicina de venta libre. Hay consideraciones importantes cuando alguien está planeando un embarazo, enfrentando un embarazo recién descubierto o un embarazo imprevisto, lidiando con el empeoramiento de las condiciones de salud mental o física, o con el diagnóstico repentino de un defecto de nacimiento o pérdida del embarazo.

Respondemos a las preguntas de los posibles padres adoptivos que podrían tener solo 36 horas para decidir si aceptarán a un bebé cuya madre biológica usó heroína, metanfetamina, o alcohol durante el embarazo. Escuchamos a las mujeres embarazadas preocupadas por el alcohol sustancial que bebieron o la marihuana que usaron antes de obtener una prueba de embarazo positiva. También contestamos preguntas de personas preocupadas por la exposición al virus del Zika en sus lunas de miel. Y las preguntas comunes en estos días involucran el virus de COVID-19 y las vacunas y dosis de refuerzo contra COVID-19 administradas en cualquier momento del embarazo o durante la lactancia.

Los especialistas en teratología también reciben llamadas sobre las posibles consecuencias de los medicamentos para el dolor para aquellas que están embarazadas y se enfrentan a una cirugía, como después de una visita preoperatoria por una hernia de disco, y tienen un dolor insoportable. Tenemos numerosas conversaciones con mujeres lactantes a las que se les aconsejó «bombear y tirar» después de someterse a un procedimiento dental, anestesia general, o tomografía computarizada, y podemos discutir por qué esta práctica obsoleta suele ser innecesaria. Algunas mujeres llaman repetidamente debido a la ansiedad o simplemente porque nuestro equipo de EIT tiene experiencia confiable. También respondemos a preguntas sobre la lactancia materna y COVID-19 y las vacunas, los medicamentos recetados y de venta libre, o la cantidad de un medicamento que entra en la leche materna. Y recibimos preguntas de mujeres embarazadas y posparto que están tratando de evitar el uso de inhaladores o sus medicamentos para la ansiedad / náuseas / TDAH. Compartimos la investigación y les aseguramos que algunas condiciones de salud deben tratarse con medicamentos porque es lo mejor para la mamá y el bebé. Algunas conversaciones son más sensibles, como las con mujeres con antecedentes de abortos espontáneos múltiples, FIV, u otros embarazos de alto riesgo, que intentan tomar solo las mejores decisiones en un momento estresante de alto riesgo. A veces hay lágrimas, y eso está bien.

A menudo, hablamos de los beneficios para el individuo de tomar / usar el medicamento u otro producto, frente a cualquier posible riesgo para el embarazo o el bebé. Les decimos que consideren la visión a largo plazo y que, como padres, tomarán decisiones de «riesgo vs. beneficio» durante casi las próximas dos décadas para los niños que crecen dentro. Por lo tanto, es importante que tomen decisiones ahora que les brinden una buena calidad de vida, y también que consideren todos los aspectos de las consecuencias para sí mismo, tanto mental como físicamente. Además, existe la importante contribución de la pareja y los proveedores de atención de salud.

Es un privilegio ser parte de la vida de todos aquellos que vienen a MotherToBaby para obtener información. Somos sensibles a las diferentes culturas, orígenes, orientaciones sexuales e identificaciones de género. Tenemos 12 oficinas afiliadas en los Estados Unidos y una en Canadá. Proporcionamos información por teléfono, mensaje de texto, correo electrónico y chat en vivo, y debido a que trabajamos en tres zonas horarias, ¡podemos responder rápidamente!

Las oficinas afiliadas se encuentran en universidades, centros médicos académicos, departamentos de salud, u otros entornos. Nuestro equipo multidisciplinario de especialistas en información de teratología incluye asesores genéticos, enfermeras, médicos y otros con una maestría o maestría en salud pública, específicamente. También ofrecemos servicios en español. Nos reunimos al menos una vez al año para capacitarnos, además de más a menudo dentro de nuestras propias instituciones para discutir nuevas publicaciones y desarrollos en el campo.

Por favor, corra la voz. ¡Invitamos sus preguntas!

[¿Preguntas? Llame al 866.626.6847](#) | [Texto 855.999.3525](#) | [Correo electrónico o chat en 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, 14 de marzo de 2022.

Tras Bambalinas en MotherToBaby

Por Ginger Nichols, Consejera de Genética en MotherToBaby Connecticut

Con el Mes de Prevención de Defectos de Nacimiento en pleno auge, es hora de concentrarse en la recomendación # 2

para Prevenir los Defectos de Nacimiento: **Reservar una Visita con su Proveedor de Atención Médica Antes de Suspender o Comenzar Cualquier Medicamento.**

Las personas que llaman a MotherToBaby a menudo se preguntan «¿Por qué es importante hablar con mis proveedores de atención médica antes de detener o comenzar un medicamento?». Una persona que llamó reciente a MotherToBaby hizo esta pregunta.

María nos contactó en MotherToBaby y nos dijo que ella y su pareja habían decidido que les gustaría formar una familia. Al igual que muchas mujeres, María estaba tomando medicamentos para una condición de salud que tenía y quería saber si estaría bien usarlos mientras intentaba quedar embarazada y también durante su embarazo. Estaba planeando simplemente dejar de tomarlos porque estaba preocupada de que pudieran ser perjudiciales para su bebé. Ella me dijo que se sentía sola al enfrentar esta decisión.

De hecho, María no está sola; el 70 por ciento de las mujeres necesita tomar medicamentos recetados durante el embarazo para tratar una amplia variedad de condiciones de salud, como **la depresión, el asma, la diabetes, las náuseas y los vómitos del embarazo o la enfermedad inflamatoria intestinal** son solo algunos ejemplos de las condiciones médicas subyacentes que una futura madre podría tener. Además, la mayoría de las mujeres (¡el 90 por ciento!) también informan que usan medicamentos de venta libre, vitaminas o suplementos para la salud general o para problemas de salud específicos como **el acné, alergias, resfriados, estreñimiento, dolores de cabeza y piojos.**

Entonces, ¿por qué usted debería hablar con sus proveedores de atención médica antes de comenzar o dejar de tomar medicamentos?

A continuación, se detallan algunas de las razones por las que es tan importante consultar con sus proveedores de atención médica antes de comenzar o suspender cualquier medicamento o suplemento:

- Algunos medicamentos o hierbas pueden hacer más difícil el quedar embarazada.
- En algunos casos, suspender su medicamento y tener una condición médica no tratada podría ser más preocupante en el embarazo que los medicamentos utilizados para tratarla. Si un medicamento pudiera ser dañino durante el embarazo, es posible que su proveedor lo cambie por uno que sea más seguro para su bebé. Pero algunos medicamentos son necesarios, incluso si pueden ser riesgosos para su bebé. Usted y su proveedor pueden hablar sobre todas sus opciones de tratamiento para tomar la mejor decisión para usted y su bebé.
- Algunos medicamentos pueden hacer que experimenta una abstinencia (síntomas físicos y / o mentales desagradables) si se detienen repentinamente. Si usted y su proveedor de atención médica deciden parar un tratamiento, podrían discutir cómo dejar de tomar algunos medicamentos de manera lenta.
- Algunos medicamentos tendrán que tener su dosis aumentada o disminuida durante el embarazo para poder seguir funcionando correctamente.
- Algunas vitaminas pueden tener demasiados o muy pocos de los nutrientes que necesita durante el embarazo. Quizás necesite ajustar la cantidad que usted toma.
- **Los suplementos y productos herbales** no están regulados por la Administración de Drogas y Alimentos (FDA) como lo están los medicamentos. No existen estándares para los ingredientes y potencia, y la mayoría ha sido poco estudiada con respecto a su seguridad para el uso durante el embarazo.

Ahora entiendo por qué es importante: ¿qué debo hacer a continuación?

- Ya sea que esté planeando un embarazo o esté embarazada, hable con sus proveedores de atención médica antes de comenzar cualquier medicamento (con receta o sin receta), vitaminas o preparaciones a base de hierbas.
- No deje de tomar sus medicamentos recetados a menos que su proveedor de atención médica diga que está bien hacerlo.
- Haga citas con sus proveedores de atención médica para revisar los medicamentos que le prescriben y también haga una cita con su obstetra / ginecólogo. Si está planeando un embarazo, hable con sus proveedores de atención médica antes de quedar embarazada; y también hableles tan pronto como descubra que está embarazada.
- Incluya medicamentos que solo use de vez en cuando, como medicamentos para la alergia estacional o

inhaladores de rescate. Dígalos sobre los medicamentos que usa sin receta médica.

- Hable con sus proveedores de atención médica sobre todos los **suplementos y productos a base de hierbas** que toma. Los términos que pueden indicar que contiene hierbas pueden incluir: medicina indígena o tribal, medicina tradicional china, **remedios naturales**, suplementos de hierbas, **batidos nutricionales**, **aceites esenciales y tinturas**.
- Comience a tomar una vitamina prenatal tan pronto como detenga su método anticonceptivo. Pregúntele a su proveedor que suplemento vitamínico debe usar.

¿Hay algo que debo preparar con anticipación o alguna pregunta que debo hacer a mis proveedores de atención médica?

- Prepare y lleve con usted una lista de todos los medicamentos y suplementos que toma, incluidos los que solo puede tomar ocasionalmente
 - o Lleve todos los frascos / cajas de píldoras a la cita para que su proveedor de salud pueda inspeccionar los ingredientes activos (que se encuentran en las etiquetas).
 - o Para cada medicamento / suplemento en su lista, incluya información sobre:
 - Dosis (cuanto toma),
 - Frecuencia (con qué frecuencia lo toma), y
 - Indicación (por qué lo está tomando).
- Algunos medicamentos pueden permanecer en el cuerpo durante mucho tiempo. Si su plan de tratamiento incluye suspender un medicamento antes de quedar embarazada, discuta el momento en que debe dejar de tomarlo.
- Puede haber tratamientos alternativos que funcionen igual de bien para usted y que sean mejores opciones durante el embarazo y la lactancia.
- Pregunte acerca de los tratamientos alternativos que podrían considerarse y pregunte si es necesario administrarlos antes del embarazo para ver si funcionan para usted.
- Hable sobre **las vitaminas prenatales** correctas con la cantidad correcta de ácido fólico para usted.
- Algunos medicamentos pueden afectar la forma en que su cuerpo utiliza el ácido fólico, lo cual es importante para el embarazo.
- Pídale a su proveedor de cuidado prenatal que le recete una vitamina prenatal para facilitar la elección.

Después de nuestra llamada, María se sintió más cómoda al aprender acerca de sus medicamentos y las preguntas que debería tener lista para hablar con sus proveedores de atención médica sobre la mejor manera de tratar su condición médica durante su embarazo.

Recuerda, al igual que María, no estás sola. MotherToBaby está aquí para ayudarle a usted y a sus proveedores de atención médica a trabajar juntos para tomar decisiones informadas sobre sus opciones de medicamentos para el embarazo y la lactancia.



La licenciada Ginger Nichols es consejera certificada de genética basada en Farmington, Connecticut. Ella trabaja para MotherToBabyCT, un programa que reside en UCONN Health, en la División de Genética Humana, del Departamento de Ciencias de Genome y Genética. Sus títulos incluyen una licenciatura de ciencias en Biología y Sociología otorgado por Juanita College y un título post-gradó en medicina genética otorgado por la Universidad de Cincinnati. Sus intereses personales incluyen las exposiciones ocupacionales y ambientales.

Acerca de MotherToBaby

MotherToBaby es un servicio de la Organización de Especialistas en Información de Teratología (OTIS), un recurso sugerido por varias agencias incluyendo los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). Si usted tiene preguntas sobre las exposiciones durante el embarazo y la lactancia, llame gratuitamente a MotherToBaby al 866-626-6847 o comuníquese por texto a nuestro nuevo número de texto (855) 999-3525. Usted también puede visitar nuestra página web www.MotherToBaby.org/es para ver una colección de hojas informativas relacionadas con docenas de virus, medicamentos, vacunas, alcohol, enfermedades, u otras exposiciones durante el embarazo y la lactancia materna. Conéctese con todos nuestros recursos descargando la nueva app gratuita de MotherToBaby, disponible en las tiendas de **Android e iOS.**

Selected References:

- Bohio R, et al. 2016. Utilization of over the counter medication among pregnant women; a cross-sectional study conducted at Isra University Hospital, Hyderabad. J Pak Med Assoc. 66(1):68-71.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). 2018. Treating for Two: Medicine and Pregnancy. <https://www.cdc.gov/pregnancy/meds/treatingfortwo/facts.html> [Accessed 11/2018]
- Tasnif Y, et al. 2016. Pregnancy-related pharmacokinetic changes. Clin Pharmacol Ther. 100(1):53-62.
- U.S. Food and Drug Administration (FDA). 2018. Medicine and Pregnancy. <https://www.fda.gov/forconsumers/byaudience/forwomen/ucm118567.htm> [Accessed 11/2018].

¿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, 14 de marzo de 2022.