Carbonato de Calcio

Esta hoja trata sobre la exposición al carbonato de calcio en el embarazo y durante la lactancia. Esta información se basa en estudios de investigación publicados. No debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué es el carbonato de calcio?

El carbonato de calcio es un suplemento dietético que se ha utilizado como antiácido para aliviar los síntomas de acidez estomacal, indigestión ácida y malestar estomacal. Algunos ejemplos de antiácidos de venta libre con carbonato de calcio son Tums®, Rolaids®, Maalox®, and Mylanta®.

La etiqueta del suplemento debe incluir tanto la dosis de carbonato de calcio como la dosis real de calcio, por lo general bajo la denominación de «calcio elemental». Existen pautas sobre la ingesta diaria recomendada (IDR) y cantidades límite superiores de calcio (calcio elemental). Si está embarazada o amamantando y tiene 19 años o más, la dosis diaria recomendada es de 1,000 mg al día y el límite superior es de 2,500 mg. Si está embarazada o amamantando y tiene entre 14 y 18 años, la dosis diaria recomendada de calcio es de 1,300 mg al día y el límite superior es de 3,000 mg. Las personas pueden alcanzar su dosis diaria recomendada de calcio a partir de los alimentos y bebidas que consumen, así como del calcio que se encuentra en los suplementos y vitaminas. Si tiene una afección médica que podría afectar sus niveles de calcio, hable con su proveedor de atención de salud sobre la cantidad de calcio adecuada para usted.

Tomo carbonato de calcio. ¿Puede hacer que me resulte más difícil quedar embarazada?

Cuando se usa según las indicaciones y dentro de las cantidades recomendadas, no se espera que tomar carbonato de calcio dificulte quedar embarazada.

¿Tomar carbonato de calcio aumenta la probabilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. Cuando se usa según las indicaciones y dentro de las cantidades recomendadas, no se espera que tomar carbonato de calcio aumente el riesgo de aborto espontáneo.

¿Tomar carbonato de calcio aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento?

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. Analizamos estudios de investigación para intentar comprender si una exposición, como el carbonato de calcio, podría aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento en un embarazo.

Cuando se usa según las indicaciones y dentro de las cantidades recomendadas, no se espera que el carbonato de calcio aumente la probabilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo.

¿Tomar carbonato de calcio durante el embarazo aumenta la probabilidad de sufrir otros problemas relacionados con el embarazo?

Cuando se lo toma según las indicaciones y dentro de las cantidades recomendadas, no se espera que el carbonato de calcio aumente la probabilidad de otros problemas relacionados con el embarazo, como el parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37) o el bajo peso al nacer (peso inferior a 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer).

¿Tomar carbonato de calcio durante el embarazo afecta el comportamiento futuro o aprendizaje para el niño?

No se han realizado estudios para ver si el carbonato de calcio puede aumentar la posibilidad de problemas de comportamiento o aprendizaje en el niño.

¿Qué pasa si tomo más de las cantidades recomendadas de carbonato de calcio?

El uso de carbonato de calcio en una cantidad superior a la recomendada podría aumentar las probabilidades de bajo

peso al nacer (peso inferior a 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer). Se han registrado algunos estudios de caso de recién nacidos con convulsiones cuando se usaron altas dosis de carbonato de calcio cerca del final del embarazo. Además, tomar más carbonato de calcio del recomendado puede causar el síndrome de leche y alcalinos, una condición en la que hay un alto nivel de calcio en el cuerpo (hipercalcemia) y podría conducir a insuficiencia renal o inflamación del páncreas en la mujer que está embarazada.

Lactancia materna mientras toma carbonato de calcio:

El calcio se encuentra en la leche materna. Cuando se usa según las indicaciones y dentro de las cantidades recomendadas, es poco probable que el carbonato de calcio sea dañino para el bebé lactante. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia materna.

Si un hombre toma carbonato de calcio, ¿podría afectar la fertilidad o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?

No se han realizado estudios para ver si el carbonato de calcio podría afectar la fertilidad de un hombre (capacidad de embarazar a una mujer) o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo. En general, es poco probable que las exposiciones de los hombres aumenten los riesgos del embarazo. Para obtener más información, lea la hoja informativa de MotherToBaby acerca de exposiciones paternas en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternas/.

Haga clic aquí para acceder a las referencias.

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, 1 de octubre de 2025.