

Productos Herbales

En cada embarazo, las mujeres tienen del 3 al 5 por ciento de probabilidad de tener un bebé con malformaciones congénitas. Esto es llamado su riesgo imprevisible. Esta hoja habla sobre si la exposición a los productos herbales podría aumentar el riesgo de malformaciones congénitas más allá del riesgo imprevisible. Esta información no deberá usarse como un sustituto del cuidado médico o los consejos de su proveedor de salud.

¿Qué son los productos herbales?

Los productos herbales son considerados como suplementos dietéticos. No son los mismos que los medicamentos. En los Estados Unidos, los suplementos dietéticos no pueden ser vendidos para tratar, diagnosticar, prevenir o curar enfermedades. Vienen en muchas formas, tales como: té, infusiones, tabletas, extractos secos y tinturas.

Las hierbas pueden ser utilizadas en preparación de comidas. No se esperaría que las hierbas usadas en la preparación de alimentos sean de preocupación cuando se usan con moderación. Sin embargo, los suplementos herbales podrían contener altas cantidades de compuestos activos que pueden ser preocupantes durante el embarazo o durante la lactancia. Sin embargo, muchos suplementos herbales no han sido evaluados durante el embarazo.

Muchos pacientes se olvidan de decirle a su (s) otro (s) proveedor (es) de salud que usan herbales, pero es importante que todos sus proveedores de salud sepan de todos los suplementos sin receta que usa.

¿Son los productos herbales diferentes de los que se usa por receta o de los medicamentos de venta libre?

Sí. La seguridad y efectividad de los productos herbales para la venta en los Estados Unidos no están regulados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). La mayoría ha sido mal estudiada en relación a su seguridad y capacidad para trabajar como lo comercializan. Además, no hay estándares para los ingredientes y fuerza.

Niveles de ingredientes activos en las preparaciones herbales variarán dependiendo de su crecimiento y las condiciones de cosecha, las partes de las plantas utilizadas (por ejemplo, raíz, tallo, flor y/o corteza), y la forma en que son convertidos en suplementos. Algunos productos herbales podrían contener contaminantes tales como metales, pesticidas, otros químicos, microorganismos (por ejemplo, hongo o bacterias), u otros productos no mencionados en la etiqueta. Las tinturas y productos líquidos pueden contener alcohol, el cual debe ser evitado durante el embarazo. Han sido reportados efectos secundarios peligrosos de algunos suplementos herbales. Algunos suplementos herbales también pueden afectar la eficacia de los medicamentos recetados o la anestesia, así que hable con su proveedor de salud antes de comenzar o suspender el uso de cualquier producto herbal.

Uso productos herbales. ¿Debo dejar de usarlos antes de embarazarme?

Primero informe a su proveedor de salud acerca de todos los productos que usa. La mayoría de los productos herbales no han sido bien estudiados durante el embarazo, por lo que no siempre es posible saber cómo podrían afectar la capacidad de embarazarse o a un futuro embarazo. Una mujer embarazada o una mujer planeando un embarazo desearían considerar otras terapias para las cuales hay más información reproductiva disponible.

Algunos medicamentos herbales han sido demostrados tener altos niveles de plomo, los cuales pueden ser almacenados en nuestros cuerpos. Si es posible que haya estado expuesta al plomo, su proveedor de salud puede probar esto antes de un embarazo y crear un plan de tratamiento para reducir los niveles de plomo en su cuerpo.

¿Tomando productos herbales puede hacerlo más difícil quedar embarazada?

Posiblemente. Algunos suplementos herbales han demostrado causar cambios en hormonas importantes para embarazarse. Los ingredientes de cada producto se deberían considerar cuidadosamente.

¿Pueden los productos herbales causar aborto espontáneo?

Posiblemente. Algunos productos han sido demostrado causen la pérdida del embarazo del desequilibrio hormonal o las contracciones uterinas que podrían conducir a la pérdida del embarazo. Los ingredientes de cada producto se deberían considerar cuidadosamente.

¿Algunos productos herbales pueden causar malformaciones congénitas u otros problemas en el embarazo?

Hay información limitada sobre el uso de la mayoría de productos herbales en el primer trimestre. Hay aún menos información sobre el uso de productos herbales en el segundo y tercer trimestre del embarazo. La información más reciente no sugiere un aumento de probabilidad de malformaciones congénitas cuando son usados durante el embarazo. Sin embargo, algunos productos han sido demostrados que causen pérdida del embarazo, desequilibrio hormonal, o contracciones uterinas que podrían conducir a la pérdida del embarazo o al parto prematuro. Lea la etiqueta sobre el producto y hable de cada ingrediente con su proveedor de salud.

¿Puedo usar los productos herbales durante la lactancia?

Hay muy poca información sobre el uso de productos herbales mientras amamanta a un bebé. Hable con su proveedor de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia. Lea la etiqueta sobre el producto y hable de cada ingrediente con su proveedor de salud.

¿Qué debo tener en cuenta si decido usar un producto herbal?

- Recuerde que la FDA no está autorizada para verificar la eficacia y seguridad de los productos herbales antes de que se vendan en las tiendas o en línea. Esto significa que muy pocos productos a base de hierbas tienen pruebas científicas de que funcionan de la manera indicada en la etiqueta del producto.
- Al buscar un producto herbal en el internet, es mejor utilizar sitios no comerciales (por ejemplo, NIH, FDA, USDA) en lugar de depender de la información de la compañía de productos herbales o cualquier otro sitio web comercial que termine con «.com.»
- Si las afirmaciones suenan demasiado buenas para ser verdad, probablemente lo sean. Tenga en cuenta las afirmaciones sobre productos como «funciona mejor que [un medicamento recetado],» «totalmente seguro» o «no tiene efectos secundarios.»
- Tenga en cuenta que el término «natural» no significa seguro.
- Pregunte a su proveedor de salud si el suplemento que está considerando sería útil para usted.

¿Qué hay si el padre del bebé toma los productos herbales?

Algunos productos herbales podrían hacerlo más difícil para un hombre embarazarse a su pareja. Todos los ingredientes de los productos herbales deben ser examinados cuidadosamente antes de usarlos cuando se está tratando de quedar embarazada.

En general, las exposiciones que tienen los padres no aumentan los riesgos al embarazo. Para obtener información, consulte la hoja informativa de MotherToBaby [Las exposiciones paternas y el embarazo](https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/pdf/) en <https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/pdf/>.

Por favor haga clic [aquí](#) para ver las referencias.

[¿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, junio 5, 2019.