

¿Qué es la presión arterial?

La presión arterial es la presión de los vasos sanguíneos del cuerpo. Es la fuerza con la que la sangre se mueve por los vasos sanguíneos. Para medir la presión arterial, los médicos y los enfermeros colocan un manguito alrededor de la parte superior del brazo. Luego escuchan el flujo de sangre con un estetoscopio. La presión arterial alta (que también se llama hipertensión) se produce cuando la sangre se desplaza a través de los vasos sanguíneos a una presión más alta que lo normal.

¿Cuáles son los distintos tipos de presión arterial alta que se pueden presentar durante el embarazo?

Existen tres tipos de presión arterial alta en las mujeres embarazadas:

- ✓ **Hipertensión crónica:** Es la presión arterial alta que se desarrolla antes de la semana número 20 de embarazo o que está presente antes de que la mujer quede embarazada. A veces, una mujer tiene presión arterial alta durante mucho tiempo antes de quedar embarazada, pero no se entera hasta su primer chequeo prenatal.
- ✓ **Hipertensión gestacional:** Algunas mujeres simplemente tienen presión arterial alta cerca del final del embarazo. No tienen ningún otro síntoma asociado.
- ✓ **Hipertensión inducida por el embarazo (PIH, por sus siglas en inglés), que también se llama toxemia o preeclampsia:** Esta afección puede provocar problemas graves tanto para la madre como para el bebé si no se trata. La PIH se desarrolla después de la semana número 20 del embarazo. Junto con la presión arterial alta, provoca la presencia de proteínas en la orina, cambios en la sangre y otros problemas.

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

La PIH puede impedir que la placenta (que suministra oxígeno y alimentos a su bebé) reciba suficiente cantidad de sangre. Si la placenta no recibe suficiente cantidad de sangre, su bebé recibe menos oxígeno y alimentos. Esto puede provocar peso bajo al nacer y otros problemas en el bebé.

La mayoría de las mujeres que tienen PIH aun así dan a luz a bebés sanos. Unas pocas desarrollan una afección que se llama eclampsia (PIH con convulsiones), que es muy grave para la madre y el bebé, u otros problemas graves. Afortunadamente, por lo general, la PIH se detecta en forma temprana en las mujeres que reciben atención prenatal periódica, y pueden prevenirse la mayoría de los problemas.

Síntomas

Si usted tiene alguno de los siguientes síntomas de PIH, llame a su médico de inmediato:

- Dolores de cabeza intensos.
- Vomitar sangre.
- Hinchazón excesiva de los pies y de las manos.
- Menor cantidad de orina o falta de orina.
- Sangre en la orina.
- Latidos cardíacos rápidos.
- Mareos.
- Náuseas excesivas.
- Pitido o zumbido en los oídos
- Vómitos excesivos.
- Somnolencia.
- Fiebre.
- Visión doble.
- Visión borrosa.
- Ceguera repentina.
- Dolor en el abdomen

¿Si se tiene presión arterial alta significa que presenta PIH?

No necesariamente. Si su médico ve que tiene la presión arterial alta, la observará atentamente para detectar cualquier cambio que puede implicar que usted tiene PIH. Además de presión arterial alta, las mujeres que tienen PIH también tienen hinchazón excesiva. Es posible que también tengan proteína en la orina. Muchas mujeres que tienen presión arterial alta durante el embarazo no tienen proteína en la orina ni hinchazón extrema, y no desarrollan PIH.

¿Si se tiene hinchazón significa que padece de PIH?

La hinchazón por sí sola no significa, necesariamente, que usted tenga PIH. Es normal tener un poco de hinchazón durante el embarazo. Por ejemplo, es posible que los anillos o el calzado le queden muy ajustados. La hinchazón es más grave si no desaparece después de descansar y si es muy evidente en la cara y las manos o si representa un rápido aumento de peso de más de 5 libras en una semana.

Causas y factores de riesgo

¿Quién tiene riesgo de desarrollar PIH?

La PIH es más común durante el primer embarazo de una mujer y en mujeres cuya madre o hermanas tuvieron PIH. El riesgo de tener PIH es más alto en las mujeres que están embarazadas de muchos bebés, en las madres adolescentes y en las mujeres mayores de 40 años. Entre las demás mujeres en riesgo, se incluyen las que tenían presión arterial alta o enfermedad de los riñones antes de quedar embarazadas. Se desconoce la causa de la PIH.

Diagnóstico y pruebas

¿Qué pruebas pueden mostrar si tengo PIH?

No hay ninguna prueba que proporcione un diagnóstico de PIH. Se le examinará la presión arterial durante cada visita al médico. Un aumento grande de la presión arterial puede ser un signo temprano de que usted tiene PIH. Un análisis de orina puede indicar si hay proteína en la orina. Es posible que su médico indique determinados análisis de sangre, que podrían indicar si usted tiene PIH. Si tiene signos de PIH, es posible que su médico desee verla, al menos, una vez a la semana y, posiblemente todos los días.

Tratamiento

¿Cómo se trata la presión arterial alta en las mujeres embarazadas?

El tratamiento dependerá del tipo de presión arterial alta:

- **Hipertensión crónica:** Si usted ya está recibiendo medicamentos para tratar la presión arterial alta, su médico podría recomendarle que siga tomando ese medicamento. Si ese medicamento no es seguro para el bebé, es posible que su médico quiera que cambie de medicamento o que deje de tomar medicamentos mientras está embarazada. Su médico prestará especial atención a cómo está creciendo su bebé. Es posible que se le realicen ecografías más a menudo. Es posible que se le realicen otras pruebas hacia el final de su embarazo para asegurar que su bebé esté sano. Su médico la monitoreará atentamente para detectar signos de PIH.
- **Hipertensión gestacional:** Esta afección no necesita ningún tratamiento. Sin embargo, puede ser difícil diferenciar esta afección de una forma temprana o leve de PIH, de modo que su médico la monitoreará atentamente para asegurarse de que la presión arterial alta no se convierta en PIH. Su médico podría indicarle que tome aspirina o calcio adicional para prevenir la PIH. Su médico también podría indicarle que se

acostara de costado mientras descansa. Esto mejorará el flujo de sangre y le quitará peso a los vasos sanguíneos grandes.

- **PIH:** La forma en que su médico trate esta afección dependerá de cuán cerca esté usted de la fecha de parto y de cómo les esté yendo a usted y a su bebé. El único tratamiento que detiene la PIH es dar a luz al bebé. Si su bebé nace en forma muy prematura, podría tener problemas de salud graves. Sin embargo, es posible que su médico quiera que usted dé a luz a su bebé en forma prematura si usted o el bebé están muy enfermos. Si su médico piensa que es seguro que el embarazo llegue a término, los monitoreará a usted y a su bebé muy atentamente hasta el parto. Consultará a su médico a menudo y se realizará análisis de sangre. También se le realizarán algunas pruebas a su bebé para asegurar que esté sano. Es posible que deba quedarse en casa, en vez de ir al trabajo, y descansar en la cama. En algunos casos, es posible que sea necesario hospitalizarla.

¿Qué sucede con la presión arterial alta después del parto?

Hipertensión crónica: Es probable que la presión arterial siga siendo alta después de que tenga a su bebé. Deberá seguir tomando medicamentos para la presión arterial alta, estar atenta a la dieta y hacer ejercicio.

Hipertensión gestacional: La presión arterial volverá a los valores normales pocas semanas después de que tenga a su bebé, pero usted tiene más probabilidades de desarrollar presión arterial alta crónica en el futuro.

PIH: La presión arterial volverá a los valores normales pocas semanas después de que tenga a su bebé.

Complicaciones

¿Por qué es un problema la presión arterial alta durante el embarazo?

La presión arterial alta durante el embarazo puede provocar los siguientes problemas en usted y en su bebé:

Hipertensión crónica: La presión arterial alta puede hacer que su bebé crezca muy lentamente o que no reciba una cantidad suficiente de nutrientes ni de oxígeno. Esto puede perjudicar la salud de su bebé. Las mujeres con hipertensión crónica tienen también más probabilidades de desarrollar PIH, la cual puede ser peligrosa.

Hipertensión gestacional: Esta afección no provoca ningún problema en usted ni en su bebé, pero aumenta el riesgo de que usted desarrolle presión arterial alta en el futuro. La hipertensión gestacional también puede convertirse en PIH.

PIH: La presión arterial alta no es el problema principal, pero es uno de los signos principales de esta afección de la salud. La PIH puede provocar dolores de cabeza, visión borrosa, pérdida de visión, dolor abdominal y mareos. Puede provocar el crecimiento lento del bebé, bajo peso al nacer y parto prematuro. Si usted desarrolla PIH con convulsiones (que se llama eclampsia), usted y su bebé tienen riesgo de morir. Muchos médicos les dan sulfato de magnesio a sus pacientes durante el trabajo de parto y durante algunos días posteriores para ayudar a prevenir la eclampsia.

Fuente: NHBPEP Report on High Blood Pressure in Pregnancy: A Summary for Family Physicians by MA Zamorski, M.D., M.H.S.A. and LA Green, M.D., M.P.H.(07/15/01, <http://www.aafp.org/afp/20010715/263.html>)