

¿Qué ocurre después de la preeclampsia?

¿Podría suceder otra vez?

Después de un primer embarazo complicado por la preeclampsia, su riesgo de recurrencia es de uno entre 20 aproximadamente. Esto es una media y el riesgo individual de recurrencia puede ser superior para quienes desarrollaron la preeclampsia relativamente pronto en el embarazo anterior e inferior para quienes la desarrollaron al final o en una fecha próxima al mismo. Sin embargo, si se produce una preeclampsia grave en un segundo embarazo, el riesgo de recurrencia en un tercer embarazo será muy elevado, aunque algunas mujeres tienen, no obstante, embarazos relativamente normales.

¿Quién la padecerá otra vez?

Es imposible predecir quién padecerá y quién no padecerá preeclampsia de nuevo. Ciertos problemas de salud a largo plazo aumentan el riesgo de preeclampsia, incluyendo la presión arterial alta crónica, las nefropatías y la diabetes. El riesgo también aumenta en presencia de otros factores de predisposición, tales como una edad avanzada, un índice de masa corporal (IMC) superior a 30, los embarazos múltiples y un intervalo superior a 10 años desde que nació el último hijo. Tendrá más probabilidades de padecer preeclampsia de nuevo si apareció antes de transcurridas 37 semanas en su primer embarazo, si su preeclampsia fue grave o si su bebé nació bajo de peso. Si la padece otra vez, es probable que aparezca aproximadamente en el mismo momento que en su último embarazo o un poco después.

¿Se puede reducir el riesgo?

No hay medidas de autoayuda que funcionen de forma garantizada. Una buena dieta equilibrada es importante para el éxito de cualquier embarazo, pero no podemos recomendar una dieta específica para prevenir la preeclampsia. Algunos médicos recomiendan tomar pequeñas dosis de aspirina a las mujeres con antecedentes de aparición temprana de esta condición (es decir, antes de las 32 semanas). Esto no es un tratamiento de autoayuda y deberá emplearse únicamente bajo la estricta supervisión de un médico del hospital.

La contribución más importante que puede hacer es cooperar plenamente con sus exploraciones prenatales, que están pensadas para protegerla a usted y a su bebé. Demuestre un interés activo en los resultados de sus pruebas y pida explicaciones, si es necesario. Asegúrese de que la comadrona esté informada si usted ha padecido preeclampsia en un embarazo anterior -y también de que conozca los detalles. Comuníquese siempre a su médico directamente cualquier síntoma preocupante y asegúrese de tener controlada la presión arterial y la orina.

En Action on Pre-Eclampsia hablamos cada día con personas que han padecido la enfermedad. La obra benéfica fue fundada para ofrecer ayuda, apoyo e información a las mujeres que han padecido preeclampsia y a sus familias.

La experiencia de la preeclampsia puede llevar a momentos de dolor e inquietud, independientemente de cómo le haya afectado esta condición:

- puede sentirse emocionalmente abrumada por su experiencia;
- puede que usted misma haya estado gravemente enferma;
- puede que su bebé haya necesitado cuidados especiales;
- si es usted la pareja o un familiar que intenta asimilar sus propios sentimientos;
- si su bebé ha fallecido.

- La preeclampsia no está provocada por malos hábitos de vida ni se evita con los buenos. Usted no es culpable de haberla padecido. Nosotros podemos ofrecerle apoyo a usted y a su familia, de muchas formas diferentes...

Muchas personas experimentan una serie de sentimientos intensos, incluyendo incredulidad, congoja, ira, temor, culpabilidad y aislamiento. Es común comenzar el siguiente embarazo con muchas preocupaciones.

Asesoramiento experto

Contamos con una lista de expertos en preeclampsia que se han puesto a disposición para ofrecer consultas o segundas opiniones a los miembros e investigadores, en la mayoría de los casos con sujeción a la aprobación de las autoridades sanitarias correspondientes.

La línea de ayuda telefónica

La línea de ayuda telefónica de Action on Pre-eclampsia es un servicio confidencial, abierto a todos los que busquen información o apoyo. Recibimos llamadas de mujeres embarazadas, de mujeres que han padecido preeclampsia, de familiares afectados y profesionales sanitarios. Alternativamente puede escribirnos o enviarnos un mensaje de correo electrónico y le responderemos personalmente, de forma confidencial.

Para obtener asesoramiento o información sobre cualquier aspecto de la preeclampsia, llame a la línea de ayuda telefónica de Action on Pre-eclampsia al 0208 427 4217

Action on Pre-eclampsia
The Stables, 80B High
Street Evesham
Worcestershire
WR11 4EU

E-mail: info@apec.org.uk

www.apec.org.uk

Obra benéfica registrada nº: 1013557
Sociedad registrada nº: 2736320