

## Pruebas bajo estrés y sin estrés durante el embarazo

Hay muchas maneras de determinar la salud y el bienestar de un bebé en desarrollo (feto) a través del embarazo. Cuando una mujer tiene un embarazo que tiene un alto riesgo de complicaciones, se pueden efectuar ciertas pruebas diagnósticas. Estas pruebas se usan principalmente para evaluar si el bebé está recibiendo suficiente oxígeno y nutrición mediante la placenta, (el órgano que conecta al feto con la madre). Las pruebas usualmente se hacen durante los últimos tres meses del embarazo.

### ¿Es su embarazo de alto riesgo?

Su embarazo puede considerarse de alto riesgo si:

- Usted es diabética, si tiene la presión arterial alta o tiene otra afección de salud significativa
- Si el crecimiento del bebé ha disminuido significativamente o si se ha detenido
- Si el embarazo se ha pasado de la fecha debida

### Pruebas diagnósticas

Hay 3 pruebas que se ofrecen comúnmente a las mujeres tarde en el embarazo si tienen un embarazo de alto riesgo:

- La prueba sin estrés (NST, por sus siglas en inglés)
- La prueba bajo estrés con contracciones (CST, por sus siglas en inglés)
- El perfil biofísico (BPP, por sus siglas en inglés)

### La prueba sin estrés

La prueba sin estrés implica revisar el ritmo cardiaco del bebé en respuesta a sus movimientos. Una prueba sin estrés toma de 15 a 45 minutos y usted no tiene que hacer nada especial para prepararse para ella.

Un dispositivo electrónico de monitoreo fetal se sostiene por medio de un cinturón a su abdomen. Este dispositivo no presenta ningún riesgo ni para usted ni para su bebé. A medida que el bebé se mueve, el monitor registra el ritmo cardiaco del bebé en respuesta a sus movimientos. Si el bebé está saludable, su ritmo cardiaco aumentará cuando se mueve y su ritmo cardiaco disminuirá cuando está en reposo, lo mismo que el corazón de uno.

### Prueba bajo estrés con contracciones

La prueba bajo estrés con contracciones (o CST, por sus siglas en inglés) se lleva a cabo cuando se inducen contracciones como fuente de “estrés” y se observa su efecto en el ritmo cardiaco del bebé. No tiene que hacer nada especial para prepararse para la misma. Un dispositivo electrónico de monitoreo fetal se sostiene por medio de un cinturón a su abdomen para registrar el ritmo cardiaco del bebé. Puede que le administren una medicina llamada pitocín (de modo intravenoso) en una dosis baja para hacer que el útero se contraiga. Un cinturón adicional se ajusta en el abdomen para registrar las contracciones uterinas. En otros casos, la estimulación de los pezones puede ocasionar también las contracciones uterinas.

Las contracciones uterinas comúnmente harán que el bebé se mueva. Cuando lo hace, su ritmo cardíaco normalmente aumentará. El dispositivo de monitoreo del corazón del feto registra el ritmo cardíaco del bebé a medida que el útero se contrae. En algunos casos el bebé no se moverá mucho ya que puede que esté dormido o descansando. Un dispositivo que emite un fuerte zumbido puede ser usado para despertarlo.

### Perfil biofísico

Un perfil biofísico (BPP, por su siglas en inglés) implica el uso del ultrasonido junto con la prueba sin estrés. Un ultrasonido consiste en el uso de ondas de sonido inocuas dirigidas al bebé en desarrollo. Estas ondas de sonido se transforman en una imagen del bebé en un monitor de video. Puede que le pidan que beba de dos a cuatro vasos de 8 onzas de agua 1 hora antes del examen de modo que tenga la vejiga llena.

Un perfil biofísico se usa para revisar el ritmo cardíaco del bebé, el patrón respiratorio, los movimientos corporales, el tono muscular y la cantidad de líquido amniótico que rodea al bebé. Cada aspecto de la prueba recibe un puntaje de 0 a 2. Un puntaje total de 8 a 10 es considerado normal.

### Resultados de la prueba

Si una o todas las pruebas son normales, usted puede generalmente estar segura de que su bebé es saludable. Una prueba puede repetirse en un lapso de unos días a una semana, dependiendo de los factores de riesgo. Si los resultados de la prueba son preocupantes, su doctor u otro profesional médico determinará cómo proceder después. Puede que se ordenen pruebas adicionales. En algunos casos, su doctor u otro profesional médico puede determinar que inducir el parto o empezar el trabajo de parto y dar el bebé a luz es lo más seguro.

Si usted tiene un embarazo de alto riesgo, hable con su doctor o con otro profesional médico sobre cualquier prueba prenatal que se le vaya a efectuar. Las pruebas también se llevan a cabo en embarazos de bajo riesgo si la actividad del bebé disminuye repentinamente. Si usted nota que esto ocurre debe llamar inmediatamente a su doctor o a otro profesional médico. (Después de horas de oficina, llame a Trabajo de parto y Parto o a su Centro de Servicio a los Miembros.)

\* \* \* \* \*

Use estos recursos de Kaiser Permanente para obtener información confiable sobre temas de salud:

- ❖ Conéctese con nuestro sitio Web en [kp.org](http://kp.org) para tener acceso a las enciclopedias de la salud y las drogas, programas interactivos, clases de salud y mucho más.
- ❖ Consulte su copia de *La Salud en Casa: Guía Práctica de Healthwise y Kaiser Permanente*.
- ❖ Contacte su Centro o Departamento de Educación para la Salud de Kaiser Permanente para información acerca de la salud, programas y otros recursos.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado que usted recibe de su doctor o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor.