



KAISER PERMANENTE®

Toxemia y el embarazo

(Toxemia of Pregnancy)

La toxemia del embarazo ocurre en la segunda mitad del embarazo y afecta a un número relativamente pequeño de las mujeres embarazadas—de un seis a ocho por ciento. Es más común en las mujeres que hayan tenido mala nutrición durante el embarazo, en las mujeres cuyo primer embarazo haya tenido lugar antes de los 20 años o después de los 30 años y en las mujeres que hayan tenidos múltiples embarazos. La toxemia del embarazo es más probable que afecte a las mujeres embarazadas que tengan una enfermedad del corazón preexistente, diabetes o hipertensión.

Los síntomas de la toxemia del embarazo incluyen presión arterial alta, excesivo aumento de peso e incapacidad de los riñones de funcionar apropiadamente. La causa exacta de la afección no es conocida, pero sólo ocurre en el embarazo. Las complicaciones serias no son comunes, pero pueden incluir convulsiones en la madre y que el bebé en desarrollo deje de crecer apropiadamente. Muy raramente puede incluso causar la muerte del bebé, o en algunos casos, la muerte del bebé y de la madre.

Para ayudar a prevenir la toxemia del embarazo es importante seguir una dieta saludable durante el embarazo y mantener todas las citas prenatales de rutina. Debe también descansar bastante y restringir el consumo de sal. Si llega a sufrir de dolores de cabeza severos, problemas de la vista, zumbido en los oídos, dolor de estómago o una sensación de nervios o de agitación, contacte a su proveedor de salud. Estos pueden ser los primeros síntomas de la toxemia del embarazo.

Si le sube la presión arterial, su proveedor de salud le aconsejará descanso en la cama por lo menos de tres a cuatro horas diarias. Acuéstese de lado, no en la espalda. Si trabaja, su proveedor de salud puede aconsejarle que recorte sus horas de trabajo e incluso que deje de trabajar. Además, evite las comidas saladas, tales como las papas fritas, bocaditos salados, encurtidos, jamón, salchichas y sopas enlatadas. Y no le añada sal a la comida al cocinar o en la mesa.

Su proveedor de salud puede aconsejarle una dieta especial para disminuir más la sal. Asegúrese de comer suficientes comidas saludables y de tomar por lo menos ocho vasos de agua todos los días. El té, el café o las bebidas gaseosas no son substitutos del agua que debe tomar.

Si estas medidas no bajan su presión arterial, puede que se le tenga que ingresar al hospital para que descanse más, para que se le pueda observar con cuidado y posiblemente para un parto temprano.

La única cura verdadera para la toxemia del embarazo es el nacimiento del bebé. El parto se puede inducir una o dos semanas antes de la fecha programada. En casos menos frecuentes, si el embarazo no sigue bien, el parto se puede inducir aún más temprano.



Para mayor información confiable sobre temas de salud:

- Entre al sitio de internet exclusivo para miembros en www.kaiserpermanente.org/california, y cliqué el boton que dice "Kaiser Permanente Members Only"
- Visite el Centro de Educación para la Salud en su establecimiento local de Kaiser Permanente.
- Consulte su copia de "La Salud en Casa: Guía Práctica de Healthwise y Kaiser Permanente.
- Escuche los mensajes del Teléfono de la Salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.

Para conseguir una copia gratis del "La Salud en Casa" o del "Directorio del Teléfono de la salud," llame al 1-800-464-4000.

Esta información no se presenta con la intención de diagnosticar problemas de salud o en lugar del cuidado médico profesional. Si tiene problemas de salud persistentes o si tiene más preguntas, por favor, consulte con su doctor o con su proveedor de salud.

© 1998, The Permanente Medical Group, Inc.

REGIONAL HEALTH EDUCATION

7325s