

Hiperémesis gravídica (náuseas matutinas fuertes)

El malestar estomacal (náuseas) y los vómitos son comunes durante el embarazo. A menudo se las denomina náuseas matutinas. Aunque pueden suceder en cualquier momento del día. Sin embargo, no es normal que las náuseas y los vómitos fuertes no disminuyan con el tiempo. Esto se conoce como hiperémesis gravídica. Puede causar demasiada pérdida de líquidos (deshidratación). Y también puede provocar pérdida excesiva de peso. Estos problemas pueden ser peligrosos tanto para la madre como para el bebé. Si usted tiene hiperémesis gravídica, su proveedor de atención médica puede indicarle un tratamiento. Se toman estas medidas para mantenerlos a usted y a su bebé seguros. También pueden ayudar a que usted se sienta mejor.

Síntomas de la hiperémesis gravídica

Llame a su proveedor de atención médica si tiene alguno de los síntomas siguientes:

- Incapacidad de retener líquidos sin vomitarlos
- Náuseas fuertes que continúan después de los primeros meses de embarazo
- Incapacidad de vaciar la vejiga
- Orina oscura y en cantidades pequeñas
- Mareos o desmayos

¿Qué causa la hiperémesis gravídica?

La hiperémesis gravídica puede deberse a un aumento de ciertos niveles de hormonas. No está claro por qué es más fuerte en algunas personas. Puede ser más frecuente en personas embarazadas de mellizos o de más de dos niños. Puede que necesite hacerse algunas pruebas. Se hacen para detectar otras afecciones de salud que pueden causar las náuseas y los vómitos fuertes.

Cómo aliviar las náuseas matutinas

Para ayudar a reducir las náuseas:

- Coma cantidades pequeñas de alimentos con frecuencia. Tener el estómago vacío puede empeorar las náuseas.
- Elija alimentos secos, por ejemplo, galletas saladas.
- Pruebe tomando líquidos fríos y claros de a sorbos.
- Consuma jengibre si su proveedor de atención médica se lo aconseja.
- Su proveedor podría recomendarle que pruebe tomar vitamina B6 y un medicamento llamado doxilamina. Estos pueden ayudar a aliviar las náuseas.
- Pruebe con acupuntura. En algunos casos, puede ayudar a controlar las náuseas.



Tratamiento de la hiperémesis gravídica

El tratamiento para la hiperémesis gravídica apunta a lo siguiente:

- Aliviar los síntomas
- Prevenir la pérdida de peso
- Prevenir la pérdida excesiva de líquido (deshidratación)

En caso de deshidratación o pérdida de peso, es posible que necesite permanecer en el hospital durante un tiempo corto. Le administrarán líquidos por vía intravenosa (i. v.). Estos reemplazan el líquido perdido. Podrían darle medicamentos para aliviar las náuseas. En casos muy graves, puede que necesite pasar más tiempo en el hospital. En ese caso, se podría usar nutrición por vía i. v. o alimentación por sonda. Si necesita este tratamiento, su proveedor de atención médica le dará más información.

Recuperación y seguimiento médico

La hiperémesis gravídica se puede manejar con tratamiento. Realice el seguimiento con su proveedor de atención médica. El proveedor quiere asegurarse de que esté reteniendo los líquidos que toma. También necesita controlar que esté aumentando de peso de forma saludable.

Cuándo buscar atención médica

Llame de inmediato a su proveedor de atención médica si nota alguno de los siguientes síntomas:

- Señales de deshidratación (ver abajo)
- Pérdida de peso
- Mareos o desmayos
- Latidos fuertes o acelerados
- Vómito con sangre

Señales de deshidratación:

- Sed excesiva
- Dolor de cabeza
- Pequeñas cantidades de orina
- Orina muy oscura
- Boca reseca y pastosa