



**Mi Universidad**

Mapa conceptual

*Nombre del Alumno: Ávila Delesma Clara del Rosario.*

*Nombre del tema: Embarazo de alto riesgo, toxemia y diabetes.*

*Parcial: 3.*

*Nombre de la Materia: Ginecología y Obstetricia.*

*Nombre del profesor: Dr. Víctor Manuel Nery González.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería.*

*Cuatrimestre: 5°.*

# Embarazo de alto riesgo

se considera de alto riesgo si usted o su bebé tienen una mayor probabilidad de tener un problema de salud. Muchas cosas pueden ponerla en alto riesgo. Los cuidados prenatales regulares desde el inicio del embarazo ayudan a muchas mujeres a tener embarazos saludables y partos sin complicaciones.

## Causas

- **Edad:** Embarazo en adolescentes y mujeres mayores de 35 años.
- **Estilo de vida:** Actividades como fumar, beber alcohol o usar drogas. Cuando una mujer fuma, bebe alcohol o usa drogas durante el embarazo, el bebé también puede mostrar sus efectos después del nacimiento.
- **Problemas de salud existentes:** Incluyen hipertensión, obesidad, diabetes y síndrome del ovario poliquístico. Las enfermedades autoinmunes, de los riñones y de la tiroides también pueden provocar problemas durante el embarazo. El VIH y sida y la infección por Zika también pueden causar un embarazo de alto riesgo.

Ciertas afecciones o factores específicos del embarazo pueden hacer que sea de alto riesgo, por ejemplo:

- **Diabetes gestacional:** Ocurre cuando una mujer que no tenía diabetes antes, desarrolla diabetes durante el embarazo.
- **Preeclampsia y eclampsia:** Cuando una mujer tiene presión arterial alta (hipertensión) después de la semana 20 del embarazo, se dice que tiene preeclampsia. La eclampsia, que es más grave, puede provocar convulsiones o coma.
- **Gestación múltiple:** La presencia de más de un feto (por ejemplo, gemelos o trillizos) hace que un embarazo sea de alto riesgo.
- **Parto prematuro anterior:** Si una mujer previamente dio a luz antes de la semana 37 del embarazo, se considera de alto riesgo su embarazo actual.

## Como prevenirlo

Para reducir el riesgo antes del embarazo, en algunos casos se pueden tomar medidas de según las enfermedades preexistentes o el estilo de vida. Por ejemplo, adelgazar, bajar la presión arterial y dejar de fumar son todas medidas que una mujer puede tomar antes de quedar embarazada.

## Que hacer en caso de riesgo

Algunos factores que causan embarazos de alto riesgo son tratables. Por ejemplo, la diabetes gestacional se puede controlar con la ayuda del médico y cambios en su dieta. Los embarazos de alto riesgo se pueden tratar de diferentes maneras, dependiendo de los problemas de la mujer o el feto.

Este plan puede incluir los siguientes consejos sobre embarazos de alto riesgo:

- Citas, pruebas o ecografías prenatales adicionales
- Una cita con un asesor genético.
- Una cita con un médico especialista en medicina materno-fetal que se especialice en embarazos de alto riesgo.
- Un plan de dieta saludable
- Un plan para hacer ejercicio seguro (o no hacer ejercicio)
- Ayuda para dejar de fumar
- En casos extremos, reposo en cama en casa o en un hospital.

Su médico también puede indicarle que esté atento a ciertos síntomas, como sangrado, dolor o contracciones. Siempre debe llamar a su médico si experimenta estos síntomas.

- Tomar al menos 400 microgramos de ácido fólico (un tipo de vitamina B) todos los días antes y durante el embarazo.
- Recibir las inmunizaciones adecuadas.
- Mantener un peso saludable; llevar una dieta sana; realizar ejercicio físico de forma regular; y evitar los cigarrillos, el alcohol o las drogas.
- Acudir a las visitas prenatales desde las primeras etapas del embarazo y visitar a un profesional de la salud de forma regular durante el embarazo.