

## Complicaciones posparto: lo que necesitas saber

Después del parto, es probable que te concentres en el cuidado de tu bebé. Pero los problemas de salud, algunos de los cuales pueden poner en peligro la vida, pueden ocurrir en las semanas y meses posteriores, y muchas personas no son conscientes de las señales de advertencia. Esto es lo que debes saber sobre las complicaciones posparto.

### Un problema creciente

Una muerte relacionada con el embarazo es la muerte de una mujer durante el embarazo o en el plazo de un año desde el final del embarazo. Más de la mitad de las muertes relacionadas con el embarazo ocurren después del parto.

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), el número de muertes relacionadas con el embarazo informadas en los Estados Unidos en 2014 fue de 18 muertes por cada 100.000 nacidos vivos. Eso es más que 7,2 muertes por cada 100.000 nacidos vivos en 1987. La investigación también muestra disparidades raciales. Entre 2011 y 2014, las tasas de mortalidad relacionadas con el embarazo de las mujeres negras fueron más de tres veces superiores a las de las mujeres blancas.

### Falta de conciencia

Después del parto, es común sentir fatiga e incomodidad, como dolor perineal y contracciones uterinas. Es posible que no sepas la diferencia entre una recuperación normal y los síntomas de una complicación, o cuándo buscar atención médica. Si das a luz en un hospital, es posible que el equipo de atención médica no identifique los factores de riesgo de complicaciones posparto graves antes de que te den de alta.

Además, las madres a menudo no acuden a un proveedor de atención de la salud hasta cuatro o seis semanas después del parto, y hasta un 40 por ciento no asiste a una visita posparto, probablemente debido a la escasez de recursos. Como resultado, la mayoría recibe poca orientación sobre su recuperación posparto.

### Complicaciones posparto comunes

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), entre 2011 y 2014, las causas más comunes de muerte relacionadas con el embarazo fueron las siguientes:

#### Enfermedades cardiovasculares

Otras afecciones médicas que a menudo reflejan enfermedades preexistentes

Infección o septicemia

Sangrado excesivo después del parto (hemorragia)

Una enfermedad del músculo cardíaco que dificulta que el corazón bombee sangre al resto del cuerpo (miocardiopatía)

Una obstrucción en una de las arterias pulmonares, generalmente a causa de coágulos sanguíneos que viajan a los pulmones desde las piernas (embolia pulmonar trombótica)

Accidente cerebrovascular

Trastornos de presión arterial alta (hipertensión) durante el embarazo

Una afección poco común pero grave que ocurre cuando el líquido amniótico o el material embrionario, como las células fetales, ingresan al torrente sanguíneo de la madre (embolia de líquido amniótico)

Complicaciones de la anestesia

Algunas veces se desconoce la causa de una muerte relacionada con el embarazo.

Factores de riesgo para las complicaciones posparto

El riesgo general de morir de una complicación relacionada con el embarazo es bajo. Pero las mujeres con enfermedades crónicas, como enfermedades cardíacas, obesidad o presión arterial alta, tienen un mayor riesgo de morir o estar cerca de la muerte por complicaciones relacionadas con el embarazo. Si tienes estos factores de riesgo, el control de tu salud posparto es particularmente importante.

Signos y síntomas de advertencia

Muchas complicaciones posparto se pueden tratar con éxito si se identifican a tiempo.

Busca ayuda de urgencia si tienes:

Dolor en el pecho

Obstrucción de la respiración o dificultad para respirar

Convulsiones

Pensamientos acerca de lastimarte a ti misma o a tu bebé

Llame a su proveedor de atención médica si tiene:

Sangrado y mojado de más de una toalla sanitaria por hora o coágulos de sangre del tamaño de un óvulo o más grandes

Una incisión que no cicatriza

Una pierna enrojecida o hinchada que es dolorosa o caliente al tacto

Una temperatura de 100,4 °F (38 °C) o superior

Un dolor de cabeza que no mejora, incluso después de tomar medicamentos, o un dolor de cabeza fuerte con cambios en la visión

Consejos de prevención

Dale prioridad a tu salud posparto. Empieza a pensar en tu plan de atención posparto antes de dar a luz. Después del parto, habla con tu proveedor de atención de la salud acerca de tu riesgo de una complicación relacionada con el embarazo y de cualquier atención especial de seguimiento que puedas necesitar. Conoce los signos y síntomas de un problema.

El American College of Obstetricians and Gynecologists (Colegio Estadounidense de Obstetricia y Ginecología) ahora también recomienda que la atención posparto sea un proceso continuo y no una sola visita después del parto. Comunícate con tu profesional de salud dentro de las primeras tres semanas después del parto. Dentro de las 12 semanas posteriores al parto, consulta con tu profesional de salud para realizarte una evaluación integral posparto. Si tienes problemas para hacerte tiempo para una cita, habla con tu proveedor. Ponte en contacto con familiares y amigos para que te ayuden con el cuidado de tus hijos.

Durante esta consulta, el profesional de salud evaluará tu estado de ánimo y bienestar emocional, hablará sobre la anticoncepción y el espaciamiento de los nacimientos, revisará la información sobre el cuidado y la alimentación del bebé, hablará sobre tus hábitos de sueño y problemas relacionados con la fatiga y te realizará un examen físico. Dicho examen podría incluir un control del abdomen, la vagina, el cuello uterino y el útero para garantizar que estés sanando bien. Este es un buen momento para hablar sobre cualquier inquietud que puedas tener; por ejemplo, sobre cuándo reanudar la actividad sexual y cómo te estás adaptando a la vida con un nuevo bebé.

Además, cada vez que veas a un proveedor de atención de la salud en el año posterior al parto, asegúrate de compartir la fecha en que diste a luz. Esto puede ayudar al proveedor a saber que tus síntomas podrían estar relacionados con tu embarazo reciente.

ShareTweet

Dec. 03, 2021

Mostrar referencias

See more In-depth

Productos y servicios

Soluciones disponibles para el posparto de la tienda de Mayo Clinic

Libro: Obstetricks

Libro: Mayo Clinic Guide to a Healthy Pregnancy (Guía de Mayo Clinic para tener un embarazo saludable)

Ver también

La lactancia materna y los medicamentos

Nutrición durante la lactancia: consejos para mamás

Recuperación después de una cesárea

Ingesta de la placenta

El ejercicio después del embarazo

Ponerte en forma después de tener un bebé

Ejercicios de Kegel

Mostrar más contenido relacionado

Advertisement

Mayo Clinic no respalda compañías ni productos. Las recaudaciones de los avisos comerciales financian nuestra misión sin fines de lucro.

Avisos comerciales y patrocinio

Política Oportunidades Opciones de avisos

Prensa de Mayo Clinic

Consulta estos éxitos de venta y ofertas especiales en libros y boletines informativos de Mayo Clinic Press.

Mayo Clinic sobre la incontinencia - Prensa de Mayo Clinic Mayo Clinic sobre la incontinencia

NUEVO: The Essential Diabetes Book (El libro esencial sobre la diabetes) - Prensa de Mayo

Clinic NUEVO: The Essential Diabetes Book (El libro esencial sobre la diabetes)

NUEVO: Mayo Clinic on Hearing and Balance (Mayo Clinic sobre audición y equilibrio) - Prensa de

Mayo Clinic NUEVO: Mayo Clinic on Hearing and Balance (Mayo Clinic sobre audición y equilibrio)

Evaluación GRATUITA de la dieta de Mayo Clinic - Prensa de Mayo ClinicEvaluación GRATUITA de la dieta de Mayo Clinic

Mayo Clinic Health Letter (Publicación de Salud de Mayo Clinic); libro GRATUITO - Prensa de Mayo ClinicMayo Clinic Health Letter (Publicación de Salud de Mayo Clinic); libro GRATUITO