

Un pequeño porcentaje de mujeres embarazadas tienen [presión arterial alta](#) en algún momento durante el embarazo. Algunos casos son leves; otros casos son graves. El tratamiento varía en función del tipo que tenga y qué tan avanzado esté en su embarazo.

Hay tres tipos principales de presión arterial alta durante el embarazo:

- **Hipertensión crónica.** Esta es la presión arterial alta que tenía antes de quedar embarazada. También puede referirse a la presión arterial alta que se presenta antes de la semana 20 del embarazo. A veces puede tener presión arterial alta durante mucho tiempo antes de quedar embarazada, pero no lo sabe hasta su primera visita prenatal con su médico. La hipertensión crónica puede provocar problemas graves, incluida la [preeclampsia](#). Este tipo de presión arterial alta continúa después de que nace el bebé.
- **Hipertensión gestacional.** Esta es la presión arterial alta que se presenta después de la semana 20 del embarazo. La mayoría de las veces, esta hipertensión no le hace daño a usted ni a su bebé. Es posible que ni siquiera tenga otros síntomas. Sin embargo, a veces este tipo de hipertensión es grave. Puede hacer que su bebé nazca más pequeño de lo normal (tenga un bajo peso al nacer). Incluso puede tener un parto prematuro debido a eso. Además, puede conducir a preeclampsia. Aunque generalmente desaparece dentro de los tres meses posteriores al parto, puede aumentar el riesgo de tener presión arterial alta en el futuro.
- **Preeclampsia.** Este es un aumento repentino de la presión arterial después de la semana 20 del embarazo, generalmente durante el tercer trimestre. También puede causar daño al hígado, riñones o cerebro. Puede experimentar convulsiones. Es posible que se produzca una hinchazón significativa en las piernas y, a veces, en los brazos y la cara. Esta condición es grave y puede lastimarla a usted y al bebé, e incluso ser mortal. Algunas mujeres tienen preeclampsia después de dar a luz a su bebé. Esta se denomina [preeclampsia posparto](#).

En algunos casos, la presión arterial alta durante el embarazo puede causarle daño a usted y a su bebé.

- Puede desarrollar [diabetes](#)
- Puede experimentar problemas en el corazón o los riñones. También tiene mayor riesgo de sufrir un derrame cerebral.
- La presión arterial alta puede evitar que la placenta obtenga suficiente sangre. (La placenta le brinda oxígeno y comida a su bebé). Si la placenta no recibe suficiente sangre, su bebé no recibe suficiente oxígeno y alimento. Esto puede causar bajo peso al nacer y parto prematuro.
- La presión arterial alta puede provocar un desprendimiento de placenta, que es cuando la placenta se despega del útero. Esta puede ser una situación potencialmente mortal tanto para usted como para su bebé.

Síntomas de la presión arterial alta durante el embarazo

Preste atención a estos síntomas. Sin embargo, tenga en cuenta que algunos de estos síntomas son comunes entre las mujeres embarazadas y no necesariamente significan que tiene un problema. Hable con su médico acerca de todos sus síntomas.

- Dolor de cabeza constante.
- Cambios en la visión.
- Dolor abdominal.
- Náuseas y vómitos.
- Dificultad para respirar.
- Hinchazón de manos y cara.
- Ausencia o baja diuresis.

¿Cuáles son las causas de la presión arterial alta durante el embarazo?

Algunas mujeres tienen una mayor probabilidad de tener presión arterial alta mientras están embarazadas. Estos incluyen mujeres que:

- Van a dar a luz a su primer bebé.
- Tienen a su madre o hermana que tuvo presión arterial alta durante el embarazo.
- Están embarazadas de más de un bebé (gemelos, trillizos).
- Son mayores de 40 años.
- Son afroamericanas.
- Tenían sobrepeso cuando quedaron embarazadas.
- Tenía presión arterial alta antes de quedar embarazadas.

¿Cómo se diagnostica la presión arterial alta durante el embarazo?

Ninguna prueba permite diagnosticar la presión arterial alta durante el embarazo. En cambio, su médico le tomará la presión arterial en cada una de sus citas prenatales. También hará un seguimiento de sus lecturas de presión arterial durante el embarazo y podrá detectar cualquier cambio que pueda indicar un problema general. Además, realizará análisis de orina y sangre para detectar posibles problemas.

¿Se puede prevenir o evitar la presión arterial alta durante el embarazo?

No, no se puede prevenir. Sin embargo, puede reducir sus posibilidades de contraerla haciendo los ajustes necesarios antes de quedar embarazada. Estos incluyen obtener o mantener un peso saludable, llevar una dieta saludable y hacer ejercicio regularmente.

Si tiene hipertensión crónica antes de quedar embarazada, hable con su médico. Su médico observará qué tan bien se está controlando su hipertensión y le informará si necesita hacer algún cambio antes de quedar embarazada.

Tratamiento de la presión arterial alta durante el embarazo

Si tiene hipertensión crónica, es posible que haya estado tomando medicamentos antes de quedar embarazada. Dígale a su médico qué medicamento está tomando. Su médico puede indicarle que está bien continuar con ese medicamento. Sin embargo, si el medicamento no es seguro para su bebé, es posible que deba cambiar a otro medicamento durante el embarazo. Al igual que con todos los embarazos, su médico revisará su presión arterial y orina durante sus citas regulares.

Si tiene hipertensión gestacional, su médico controlará su presión arterial y orina más estrechamente para observar signos de preeclampsia. Su médico también puede controlar a su bebé. Una forma de hacerlo es mediante una [ecografía de rutina](#). Esta es una prueba indolora que le permite a su médico ver al bebé dentro de su cuerpo.

Si tiene preeclampsia, el tratamiento depende de dónde se encuentre en relación con su fecha de parto. Esto se debe a que la preeclampsia a menudo desaparece después de que nace el bebé. Si tiene 37 semanas o más de embarazo, su médico puede sugerirle que tenga al bebé lo antes posible. Sin embargo, si tiene menos de 37 semanas de embarazo, su médico puede

optar por vigilarla aún más de cerca que antes. Junto con los análisis regulares de orina y sangre, es posible que deba tomar medicamentos para ayudar a controlar su presión arterial. También es posible que deba tomar medicamentos que ayuden a prevenir las convulsiones, que pueden ocurrir con la preeclampsia. Es posible que le pidan que haga reposo hasta que nazca su bebé. También es posible que le administren una inyección de esteroides de un medicamento que ayudará a que los pulmones de su bebé se desarrollen más rápido en caso de que su bebé necesite nacer prematuramente. Su bebé continuará siendo observado mediante ecografías. Su médico también puede vigilar la salud de su bebé a través de un monitor cardíaco. Si su preeclampsia es extremadamente grave, su médico puede decirle que necesita dar a luz a su bebé de inmediato, independientemente de qué tan cerca esté de su fecha de parto.

Vivir con presión arterial alta durante el embarazo

Vaya a cada una de sus visitas prenatales con su médico. De esta manera podrá controlar su presión arterial. Su médico puede pedirle que registre su presión arterial en casa. También puede darle consejos sobre cómo hacerlo. Su médico analizará su orina en cada visita. Los altos niveles de proteína en la orina pueden ser un síntoma de preeclampsia.

Analice todos sus medicamentos con su médico. Además, no comience ni deje de tomar medicamentos, incluidos los de venta libre, sin hablar con su médico. Algunos de estos medicamentos pueden afectar su presión arterial.

Preguntas para hacerle al médico

- Estoy embarazada y tengo presión arterial alta. ¿Qué tan grande es mi riesgo de desarrollar hipertensión gestacional o preeclampsia?
- ¿Hay algo que pueda hacer para reducir mi riesgo?
- ¿Me ayudarán los medicamentos?
- ¿Con qué frecuencia tendré que asistir a las citas médicas?
- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento?
- ¿Necesitaré hacer reposo en cama?
- ¿Necesitaré una cesárea puedo tener un parto vaginal?

Cortesía: <https://es.familydoctor.org/condicion/>