

E-Blast Hiperémesis gravídica

La hiperémesis gravídica (HG) es una condición poco común que se caracteriza por náuseas y vómitos intensos durante el embarazo. Por lo general, comienza entre la cuarta y la sexta semana de gestación y puede manifestarse con episodios severos y persistentes. Sus síntomas pueden incluir náuseas intensas, vomitar más de tres veces al día, pérdida de peso, incapacidad para retener alimentos o líquidos, deshidratación, desmayo y dolores de cabeza. Por el contrario, las náuseas matutinas son muy comunes durante el embarazo y, aunque pueden resultar molestas no causan deshidratación ni pérdida de peso.

Aunque no se puede prevenir completamente, es posible reducir su gravedad de la hiperémesis gravídica adoptando ciertos, tales como:

- Comer porciones pequeñas con mayor frecuencia
- Evitar comidas grasosas, picantes o muy abundantes
- Preferir beber líquidos entre comidas en lugar de hacerlo mientras se come.
- Ingerir Vitamina B6 (piridoxina)
- Evitar desencadenantes como olores fuertes o situaciones de estrés.

La falta de líquidos y nutrientes es la causa principal de la mayoría de las complicaciones relacionadas con la hiperémesis gravídica. Cuando esta condición no se atiende adecuadamente, puede provocar deshidratación severa, necesidad de hospitalización, parto prematuro o un bebé con bajo peso al nacer.

Referencias:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001499.htm>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK532917/>