

Hiperémesis Gravídica



Unidad de Prevención y Educación en Salud
Preparado por Educadores en Salud Licenciados

Objetivos

Explicar qué es la hiperémesis gravídica y en qué se diferencia de las náuseas comunes del embarazo.

Reconocer las señales y síntomas principales para identificar cuándo buscar ayuda médica.

Conocer formas de manejo y la importancia del apoyo para cuidar la salud de la madre y el bebé.



¿Qué es la hiperémesis gravídica?



La hiperémesis gravídica es una condición del embarazo caracterizada por náuseas y vómitos severos persistentes que pueden afectar la salud de la madre.

Generalmente ocurre durante el primer trimestre, aunque en algunos casos puede extenderse durante más tiempo.

A diferencia de las náuseas comunes del embarazo, puede provocar pérdida de peso, deshidratación y requerir atención médica.

Náuseas en el embarazo: cuándo es común y cuándo es hiperémesis



Náuseas comunes (*morning sickness*):

- Leves a moderadas
- Más frecuentes en el primer trimestre
- No afectan significativamente el peso
- Permiten mantener la hidratación y alimentación
- Suelen mejorar con el tiempo



Hiperémesis gravídica:

- Náuseas y vómitos intensos y persistentes
- Vómitos frecuentes durante el día
- Pérdida de peso significativa (más del 5%)
- Deshidratación
- Dificultad para retener alimentos o líquidos
- Puede requerir tratamiento médico u hospitalización



Causas



La causa exacta de la hiperémesis gravídica no se conoce. Se estima que afecta a un pequeño porcentaje de embarazadas y se asocia principalmente a cambios hormonales.



Se cree que está relacionada con niveles elevados de la hormona del embarazo (hCG) y otros factores biológicos.

Factores de riesgo

Embarazo múltiple (gemelos o más)

Antecedentes de hiperémesis gravídica en embarazos previos

Ser el primer embarazo

Historial familiar de la condición

Historial de migrañas o sensibilidad al movimiento

Obesidad en el embarazo



Signos y síntomas

Náuseas intensas y persistentes

Vómitos frecuentes (varias veces al día)

Mareos o sensación de debilidad

Pérdida de peso significativa

Signos de deshidratación (boca seca, poca orina)

Dificultad para retener alimentos o líquidos

Fatiga extrema

Señales de alarma en hiperémesis gravídica

Incapacidad para retener líquidos por más de 24 horas

Vómitos persistentes con sangre

Pérdida de peso rápida o significativa

Orina oscura o poca cantidad

Mareos intensos o desmayos

Palpitaciones o debilidad extrema

Dolor abdominal severo

Confusión o dificultad para concentrarse

Diferencia con náuseas normales



En la Madre

- Deshidratación severa
- Pérdida de peso significativa
- Desequilibrio de electrolitos (sodio, potasio)
- Deficiencias nutricionales (vitaminas, especialmente tiamina)
- Debilidad y fatiga extrema
- Mareos y desmayos
- En casos graves: daño hepático o renal



En el bebé

- Bajo peso al nacer
- Restricción del crecimiento intrauterino
- Parto prematuro (en algunos casos)
- Mayor riesgo de complicaciones neonatales si la madre no se trata adecuadamente



Diagnóstico



El diagnóstico de la hiperémesis gravídica es principalmente clínico, basado en la evaluación de los síntomas y la exclusión de otras causas de vómitos en el embarazo.

También se pueden realizar pruebas para descartar otras condiciones como infecciones gastrointestinales o trastornos metabólicos.

Es importante consultar con el médico de inmediato para evaluación y tratamiento oportuno.

Tratamiento

El tratamiento de la hiperémesis gravídica dependerá de la gravedad de los síntomas y se enfoca en estabilizar a la madre y prevenir complicaciones.

Hidratación: Administración de líquidos intravenosos para corregir la deshidratación.

Corrección de electrolitos: Reposición de sodio, potasio y otros minerales.

Medicamentos antieméticos: Para controlar náuseas y vómitos.

Soporte nutricional: Dieta fraccionada o, en casos severos, nutrición especial.

Seguimiento médico: Es esencial consultar y dar seguimiento continuo con el médico.



Recomendaciones generales

Alimentación “ligera” - alimentos fáciles de digerir, evitar grasas o alimentos muy condimentados.

Ambiente tranquilo - reducir estrés y estímulos que empeoren las náuseas.

Seguimiento médico continuo - no solo “consultar”, sino mantener control.

Atención a signos de alarma - deshidratación severa, mareos, pérdida de peso marcada.



Impacto emocional

La hiperémesis gravídica puede tener un impacto significativo en el bienestar emocional de la embarazada:

Ansiedad relacionada con la intensidad y persistencia de los síntomas

Estrés físico y emocional por la dificultad para alimentarse y mantener energía

Sensación de agotamiento físico y emocional

Necesidad de apoyo familiar, médico y emocional



En resumen...

La hiperémesis gravídica no es una condición normal del embarazo y requiere atención médica adecuada.

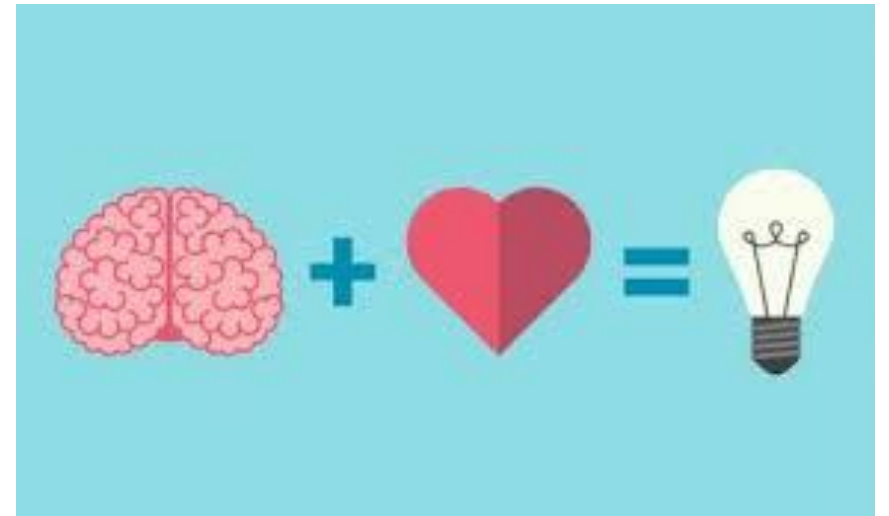
El diagnóstico temprano es fundamental para prevenir complicaciones maternas y fetales.

Un manejo oportuno e integral mejora significativamente el pronóstico y la calidad de vida.

El abordaje debe incluir tanto el aspecto físico como el impacto emocional de la condición.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas.



Líneas de Servicios Disponibles

Línea de Consejería Médica

24 horas al día / 7 días a la semana


1-844-347-7801

TTY/TDD: 1-844-347-7804

Servicio al Cliente

1-844-347-7800

TTY/TDD: 1-844-347-7805





Preguntas o Comentarios

Referencias:

- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001499.htm>
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK532917/>
- <https://www.merckmanuals.com/es-us/professional/ginecolog%C3%ADa-y-obstetricia/complicaciones-prenatales/hiperemesis-grav%C3%ADica>
- <https://www.fda.gov/consumers/knowledge-and-news-women-owh-blog/beyond-morning-sickness-hyperemesis-gravidarum>



¿Ayuda con su Plan de Salud del Gobierno?



ADMINISTRACIÓN DE SEGUROS DE SALUD DE PUERTO RICO



Línea libre de cargos
1-800-981-2737
TTY 787-474-3389