



ALCOHOL Y EMBARAZO (ÁREA MUJER)

¿ES SEGURO CONSUMIR ALCOHOL AL INTENTAR CONCEBIR?

No. Si estás buscando un embarazo, no debes consumir alcohol, ya que puede afectar a la ovulación disminuyendo la fertilidad y alterando el ciclo menstrual. En varones, también el consumo excesivo afecta a la calidad del semen (este efecto es reversible tras el cese del consumo). Además, cuando una mujer confirma que está embarazada, normalmente ya han transcurrido algunas semanas de embarazo. Estas primeras semanas del desarrollo de tu bebé son de especial importancia y aquí es especialmente importante evitar el contacto con cualquier agente tóxico como el alcohol.

¿LA PLACENTA PROTEGE AL FETO DEL ALCOHOL QUE CONSUMES?

No. El alcohol que consume la madre pasa directamente al bebé a través de la placenta. Tras 1h de haber bebido alcohol, tanto la madre como el bebé tienen la misma concentración de alcohol en sangre. El alcohol es una de las sustancias más peligrosas para el desarrollo del bebé.



¿PUEDO BEBER ALCOHOL DURANTE EL PRIMER TRIMESTRE?

No. Durante las primeras semanas del embarazo, se empiezan a formar los órganos del embrión. Es un periodo especialmente vulnerable para tu bebé, que necesita el aporte suficiente de oxígeno y nutrientes para poder desarrollar sus órganos con normalidad. En estas semanas el consumo de tóxicos es especialmente perjudicial.

¿ES SEGURO EN ALGÚN MOMENTO DEL EMBARAZO?

No. El consumo de alcohol durante cualquier momento del embarazo puede producir deficiencias físicas, mentales y motoras en tu bebé. Tampoco el consumo de pequeñas cantidades ocasionalmente se considera seguro.

¿QUÉ TIPO DE BEBIDA ES MÁS PERJUDICIAL DURANTE EL EMBARAZO?

Todas. El efecto perjudicial del alcohol sobre el feto no depende del tipo de bebida alcohólica consumida sino de la frecuencia y la cantidad que se consume. Las manifestaciones más graves como daño cerebral y alteraciones del crecimiento ocurren en los hijos de mujeres que consumen grandes cantidades de alcohol de manera habitual, aunque el consumo ocasional de grandes cantidades también puede hacer que el bebé se vea seriamente afectado.



HE CONSUMIDO ALCOHOL ANTES DE SABER QUE ESTABA EMBARAZADA

Una vez has confirmado que estás embarazada, lo más importante es no continuar consumiendo alcohol. Sin embargo, es recomendable que informes a tu ginecólogo/a y/o matrona con respecto a este tema y el consumo de otros tóxicos, así como hábitos que puedan poner en riesgo tu salud y la de tu bebé. Conociendo estos riesgos se pueden planificar mejor las pruebas diagnósticas necesarias para detectar posibles problemas.

¿SE PUEDE CONSUMIR ALCOHOL EN LA LACTANCIA?

No. El alcohol pasa a la leche materna y tiene un efecto en el bebé como si lo consumiese él directamente. El alcohol no aumenta la cantidad de leche ni mejora su calidad, además de presentar un claro perjuicio para el bebé. Incluso algunos estudios indican que el alcohol podría reducir la cantidad de leche producida por la madre.

¿QUÉ ES EL SÍNDROME ALCOHÓLICO FETAL?

Los bebés cuyas madres consumieron alcohol durante el embarazo pueden presentar el Síndrome Alcohólico Fetal. Es un conjunto de alteraciones que incluyen rasgos faciales característicos, malformaciones cardíacas, digestivas, en riñones, extremidades. Además, puede asociar retraso mental y motor desde moderado a profundo. La mayoría de los casos no presenta el síndrome completo sino que muestran sólo algunas de las manifestaciones de forma aislada, en este caso se denomina “trastornos relacionados con el síndrome alcohólico fetal”. Es posible que los rasgos del síndrome no se identifiquen en el momento del nacimiento o en los primeros meses de vida, sino que se detecten en etapas posteriores de la infancia o adolescencia, manifestando alteraciones del desarrollo y de comportamiento. Estos defectos fetales producidos por el alcohol son irreversibles.

MI HIJO PODRÍA TENER UN TRASTORNO RELACIONADO CON EL ALCOHOL

Aunque los defectos fetales producidos por el alcohol son irreversibles (no se pueden hacer desaparecer), el diagnóstico temprano puede ayudar a reducir algunos problemas como problemas de conducta y dificultades de aprendizaje. Por eso, si sospechas que tu hijo tiene algún trastorno relacionado con el alcohol, habla con tu médico lo antes posible. Lo ideal es comunicar a los médicos que bebiste alcohol durante el embarazo tan pronto como puedas, sin esperar a que aparezcan problemas para pedir ayuda.



AulaGinecología.com



Escanea el QR para ver el vídeo!!