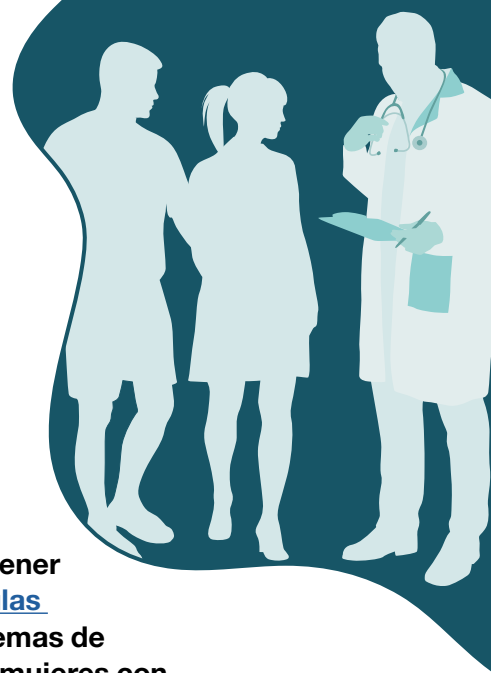


Mujeres con enfermedad de células falciformes y la atención médica previa a la concepción: lo que necesita saber antes de quedar embarazada



Ya sea que esté planeando quedar embarazada o simplemente pensando en ello, nunca es demasiado temprano para empezar a prepararse para un embarazo. La [atención médica previa a la concepción](#) se enfoca en tomar medidas antes de quedar embarazada para aumentar las probabilidades de tener un embarazo saludable y un bebé sano. Las mujeres con [enfermedad de células falciformes \(ECF\)](#) están en mayor riesgo de presentar complicaciones (problemas de salud) durante el embarazo que las mujeres que no tienen ECF. Para algunas mujeres con ECF, el embarazo puede hacer que la enfermedad sea más grave, y puede que se deban cambiar los tratamientos para ayudar a manejar las complicaciones. Esto hace que la atención médica previa a la concepción sea especialmente importante. Infórmese sobre las medidas que puede tomar ahora para mantenerse sana durante un embarazo futuro.



Encuentre proveedores de atención médica en quienes confía que tengan experiencia en la atención de personas con ECF. Idealmente, su equipo de atención médica debería incluir un especialista en ECF y un obstetra ginecólogo u otro proveedor de atención médica reproductiva, y podría también incluir a otros especialistas.



Considere sus [metas reproductivas](#) futuras y si quiere tener hijos, y cuándo. Hable con sus proveedores de atención médica sobre cómo conseguir estas metas de la mejor manera.



Hable con su pareja, familia y empleador y elabore un plan de apoyo respecto a problemas que podría tener que considerar cuando quede embarazada, debido a que tendrá muchas citas médicas. Los temas pueden incluir lo siguiente:

- El cuidado de otros niños o familiares
- El manejo de las tareas del hogar
- El manejo del horario de trabajo con su empleador



Consulte a su equipo de atención médica sobre la [realización de pruebas](#) para usted y su pareja para informarse sobre las probabilidades de tener un hijo con ECF. Hable con un consejero genético sobre los resultados para entender cuáles son las probabilidades de tener un bebé que nazca con ECF, y para que la ayude a pensar en sus [opciones para formar una familia](#).



Hable con su obstetra ginecólogo u otro proveedor de atención médica reproductiva si ha estado tratando de quedar embarazada y ha tenido sexo sin protección por más de 6 meses y no está embarazada. Muchas personas tienen problemas de fertilidad, de modo que hable con su proveedor de atención médica para informarse sobre qué opciones podrían ser las mejores para usted.



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention



FOUNDATION FOR
Women & Girls
with Blood Disorders





Visite a su obstetra ginecólogo u otro proveedor de atención médica reproductiva y su especialista en ECF para hacerse un examen antes de quedar embarazada a fin de revisar su salud general, y para hablar de las medidas que usted puede tomar ahora para ayudar a prevenir problemas de salud potenciales que puedan afectar su embarazo. Es posible que su proveedor de atención médica reproductiva la remita a un [especialista en medicina materno-fetal](#) (un obstetra ginecólogo que se especializa en embarazos complicados o de alto riesgo). Si vive lejos de donde haya este tipo de atención médica, trate de viajar a un centro médico para un chequeo y también para coordinar su atención con el equipo de atención médica local. También podría preguntar si es posible una visita de [telemedicina](#) para una consulta inicial. Durante los chequeos con los diferentes proveedores de atención médica reproductiva, asegúrese de hacer lo siguiente:

- ✓ Asegúrese de que el proveedor de atención médica le examine los ojos, los pulmones, el corazón, los riñones, el hígado y las caderas para detectar cualquier complicación que pueda empeorar durante el embarazo. Hable con su equipo de atención médica sobre cómo manejar los recuentos de la sangre, como el nivel de hemoglobina, y elaborar un plan de manejo del dolor.
- ✓ Comparta una lista de los [medicamentos](#) que toma y pregunte si necesita dejar de tomarlos, cambiarlos o reducir las dosis antes de empezar a tratar de quedar embarazada. Debería hablar sobre los medicamentos recetados (como medicamentos antiinflamatorios no esteroideos, medicamentos de quelación, hidroxycarbamida, voxelotor, L-glutamina, crizanlizumab, anticoagulantes y opioides) y todos los no recetados (incluidos los suplementos de vitaminas) que toma de manera regular u ocasionalmente, ya sea que los tome para la ECF o por otra razón.
- ✓ Hable sobre cuándo empezar a tomar vitaminas prenatales y qué tipo tomar.
 - » Puede que algunas mujeres con ECF tengan grandes cantidades de hierro en la sangre debido a transfusiones de sangre y deban tomar vitaminas prenatales sin hierro.
 - » El [ácido fólico](#) es una vitamina B que es importante tomar tanto antes como durante el embarazo. El ácido fólico es utilizado por el cuerpo para producir células nuevas. Esto incluye las células que van a formar el cerebro y la columna vertebral del bebé. Por lo tanto, es particularmente importante que hable con su proveedor de atención médica para asegurarse de que esté tomando suficiente ácido fólico.
- ✓ Revise su registro de vacunación actual con su equipo de atención médica para asegurarse de que esté al día con las [vacunas incluso antes de quedar embarazada](#). Hable con su médico acerca de las pruebas de detección de varicela y rubéola para ver si necesita estas vacunas antes de quedar embarazada, ya que estas son vacunas con microbios vivos y no se recomiendan durante el embarazo. Las vacunas son seguras para las personas con ECF. Se recomiendan [vacunas adicionales](#) para las personas con ECF para ayudar a prevenir infecciones dañinas.
- ✓ Hable con su equipo de atención médica y elabore con ellos un plan de tratamiento para la ECF y un plan de manejo del dolor, para tener esos planes listos si queda embarazada o cuando quede embarazada, y para fundamentar su manejo durante y después del embarazo.

Enlaces a recursos

<https://www.cdc.gov/preconception/spanish/index.html>

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/sicklecell/facts.html>

<https://www.cdc.gov/reproductivehealth/contraception/qfp.htm>

https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/documents/factsheet_sicklecell_status.pdf

<https://sicklecellred.org/wp-content/uploads/2022/05/Family-Planning-Options-for-Couples-with-SCT-or-SCD-12.9.21.2-1.pdf>

<https://www.smfm.org/members/search>

<https://telehealth.hhs.gov/es/pacientes><https://telehealth.hhs.gov/patients/>

<https://www.cdc.gov/pregnancy/spanish/meds/treatingfortwo/index.html>

<https://www.cdc.gov/vaccines/pregnancy/vacc-before.html>

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/sicklecell/healthyliving-prevent-infection.html>

<https://www.cdc.gov/ncbddd/Spanish/folicacid/index.html>

Recursos adicionales

SC RED, Directiva para la Educación sobre la Enfermedad de Células Falciformes y la Salud Reproductiva, planificación para el embarazo con ECF:

<https://sicklecellred.org/learners/>

Diez consejos para prevenir infecciones antes y durante el embarazo:

<https://www.cdc.gov/pregnancy/Spanish/infections.html>

Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Oficina de Salud de la Mujer:

<https://www.womenshealth.gov/a-z-topics/sickle-cell-disease>

Mujeres con enfermedad de células falciformes y la atención médica prenatal. Lo que necesita saber durante el embarazo:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/materials/women-with-scd-preconception-care.html>

Mujeres con enfermedad de células falciformes y la atención posparto. Lo que necesita saber después de dar a luz a su bebé:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/materials/women-with-scd-preconception-care.html>