Cómo Elegir Sabiamente®

Una iniciativa de la Fundación ABIM

ConsumerReports Health

Society for Maternal·Fetal Medicine

ABIM FOUNDATION

Pruebas de sangre para mostrar el riesgo de un aborto espontáneo

Cuándo pueden ayudar y cuándo no

Las pruebas de sangre para mostrar el riesgo de un aborto espontáneo se han vuelto más comunes. Las pruebas muestran si usted sufre de una condición conocida como "trombofilia". Esta condición puede aumentar los coágulos de sangre y también el riesgo de un aborto espontáneo u otros problemas durante el embarazo.

Hay muchas pruebas distintas para la trombofilia. A menudo, los médicos ordenan las pruebas para las mujeres embarazadas que hayan tenido problemas—como un aborto espontáneo, subida repentina de la presión arterial (preeclampsia) o un bebé que no se desarrolló normalmente.

Sin embargo, a menudo no se necesitan las pruebas. Incluso si usted ha tenido un problema durante el embarazo, posiblemente no necesite ninguna de estas pruebas. A continuación se dan las razones:

Los resultados de la prueba no siempre son útiles. Por lo general, los resultados de la prueba no les ayudan ni a usted ni a su médico a tomar decisiones sobre su atención médica.

Por ejemplo, algunas pruebas de sangre buscan ciertos genes. Los genes pueden aumentar el riesgo de coágulos de sangre, pero los genes no aumentan el riesgo de un aborto espontáneo u otros problemas durante su embarazo. A menudo, la trombofilia es leve y no causa ningún problema. Muchas mujeres que la padecen tienen bebés sanos.

Las pruebas pueden conducir a tratamientos y riesgos innecesarios.
Si la prueba muestra que padece de trombofilia, es posible que su médico quiera que tome un medicamento llamado heparina durante su embarazo. Este medicamento se inyecta y ayuda a prevenir los coágulos de sangre.

Sin embargo, no está claro que este medicamento reduzca el riesgo de un aborto espontáneo ni de otros problemas. Además, las inyecciones pueden causar efectos secundarios, como sangrado intenso y reacciones alérgicas.

Las pruebas pueden ser un desperdicio de dinero.
Las pruebas de sangre pueden costar $1,000 o más. Algunos planes médicos no las pagan, y además usted podría desperdiciar mucho dinero en tratamientos innecesarios. Por ejemplo, la heparina puede costar más de $1,000 por 10 dosis.

La mayoría de las mujeres no necesitan las pruebas.
Usted no necesita que se le hagan pruebas simplemente porque en el pasado tuvo un aborto espontáneo o una complicación durante el embarazo. Hay maneras más eficaces para reducir sus riesgos. Vea la columna de Consejos.

Considere una prueba de trombofilia si:

- Ha tenido un coágulo de sangre en una vena profunda en el cuerpo (una trombosis de vena profunda).
- Ha tenido un coágulo que avanzó hasta un pulmón sin razón conocida (una embolia pulmonar).
- Ha tenido tres o más abortos espontáneos. En este caso, debería considerar que se le haga una prueba para una forma de trombofilia que se conoce como "síndrome antifosfolípido". Este síndrome aumenta los riesgos de aborto espontáneo, crecimiento inadecuado del feto y preeclampsia. Este síndrome puede tratarse con aspirina y heparina. En este caso, la prueba y el tratamiento tienen más beneficios que riesgos.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe bajo su propio riesgo.

©2014 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con la Sociedad para la Medicina Materna y del Feto. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite ConsumerHealthChoices.org/about-us/.

Consejo de Consumer Reports

Consejos para reducir los síntomas y ayudar a sanar

No fume. Hacerlo aumenta el riesgo de un aborto espontáneo.

Entre las 16 y las 20 semanas: Si ha sufrido un aborto espontáneo antes, su médico puede recetarle una dosis semanal de progesterona. Su riesgo de tener otro aborto espontáneo se reduce en aproximadamente un tercio.

Entre las 24 y las 34 semanas: Los médicos podrían darle corticosteroides si tiene una amenaza repentina de un parto prematuro.

Pruebe tratamientos sin medicamentos antes de tomar medicamentos de venta libre. Por ejemplo, si tiene dolor de cabeza por tensión, pruebe un masaje, meditación o una caminata corta. Si tiene un resfriado, pruebe descansar, tomar líquidos y caldo de pollo.

Tome únicamente medicamentos y suplementos seguros durante el embarazo. Hable con su proveedor de atención médica antes de tomar cualquier medicina.

Evite los productos combinados. Por ejemplo, Tylenol Sinus Congestion and Pain contiene un descongestionante, que posiblemente no sea seguro.

Limite la cafeína a 200 mg o menos al día. Limitar su consumo de cafeína podría ayudar. Está en bebidas y medicinas para el dolor de cabeza. Una taza de café cargado puede contener 200 mg.

Esté activa. El ejercicio moderado diario tiene muchos beneficios:

- Controla el peso
- Mantiene la presión arterial baja
- Reduce el riesgo de un parto prematuro