

## 5. INVESTIGACIÓN Y CIENCIA

### SEÑALES DE ALARMA Y LA IMPORTANCIA DE SU CONOCIMIENTO EN MUJERES EMBARAZADAS

L.N. Sara Imelda Balderrama Espinoza<sup>1</sup>, Dra. Linda Selen Valenzuela Calvillo<sup>2</sup> y Dra. Ana Lidia Arellano Ortiz<sup>3</sup>

*<sup>1</sup>Licenciada en Nutrición de la Universidad Autónoma de Chihuahua. <sup>2</sup>Estudiante de la Maestría en Salud Pública en la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. <sup>3</sup>Estudiante de la Maestría en Salud Pública por la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez.*

**Contacto:** Departamento Ciencias de la Salud. Instituto de Ciencias Biomédicas. Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. Estocolmo y Circuito Pronaf SN, Circuito Pronaf, C.P. 32300 Ciudad Juárez. Chihuahua. Correo electrónico: [linda.valenzuela@uacj.mx](mailto:linda.valenzuela@uacj.mx)

**Palabras clave:** Embarazo, señales de alarma, cuidados prenatales.

#### Introducción

La muerte materna se define por el fallecimiento de una mujer mientras está embarazada o dentro de los 42 días de haber concluido un embarazo. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 80% de las muertes maternas se producen principalmente por complicaciones como las hemorragias graves, infecciones e hipertensión gestacional (preeclampsia y eclampsia) (1). El 99% de estos fallecimientos suceden en países en vías de desarrollo, mientras que, en países desarrollados como Irlanda o Suecia, es menor la mortalidad. En el caso de México, se reportan 31 muertes maternas por cada 100 mil nacimientos (2,3).

Para prevenir las complicaciones en el embarazo es importante conocer las señales o síntomas de alarma, los cuales se presentan cuando el estado de salud de la madre o el bebé muestran irregularidades, que pueden poner en riesgo su salud (4). Las señales de alarma se pueden presentar de diferentes formas. Cuando se observe alguno de los siguientes síntomas es importante acudir a buscar atención médica.

#### Presión arterial alta

Una alteración en la presión arterial puede manifestarse a través de la presencia de dolor de cabeza, escuchar zumbidos, vista nublada o ver destellos, así como tener hinchazón en cara, manos y pies. Con frecuencia, estos síntomas no son reconocidos como alarmantes y pueden comprometer la vida de la madre y el bebé si no se tratan a

tiempo, ya que puede generar complicaciones como la hipertensión, preeclampsia, retardo en el crecimiento del bebé o parto prematuro (4).

### **Infecciones vaginales y urinarias**

El presentar fluido vaginal anormal de color amarillento, café o verdoso, así como comezón o irritación, pueden indicar la presencia de una infección vaginal. La molestia al orinar, mal olor, o bien presentar sangre en la orina puede ser señal de una infección urinaria. Si estas molestias no son detectadas a tiempo pueden agravarse y causar la ruptura de la bolsa que rodea al bebé, lo cual puede ocasionar infección generalizada o que el parto ocurra antes de tiempo (4).

### **Signos de alteración fetal**

Los signos que indican una alteración fetal pueden comenzar con la salida de líquido abundante vaginal, el sentir que el bebé no se mueve después de las 20 a 25 semanas de gestación, el presentar sangrado vaginal o contracciones antes de la fecha de parto. Si estos síntomas no son detectados a tiempo, pueden ocasionar una mayor probabilidad de alteraciones en el crecimiento, bajo peso al nacer, y muerte materna o fetal (4).

### **Deshidratación**

En el primer trimestre, muchas mujeres pueden presentar náuseas y vómitos. Sin embargo, si el vómito es excesivo, es decir, más de seis veces al día o si interfiere con las actividades diarias, esto puede ocasionar deshidratación en la madre, lo cual produce mareos, dolores de cabeza, disminución de la presión arterial y pérdida de peso (4).

### **Fiebre**

Una elevación en la temperatura corporal mayor a 38°C se considera fiebre y puede indicar la presencia de algún proceso infeccioso. Cuando la fiebre no se identifica y no se trata a tiempo, puede desencadenar convulsiones en la mujer y puede ocasionar un parto prematuro y problemas en el desarrollo, esto puede afectar el sistema nervioso del bebé. Por lo tanto, la fiebre se debe tratar a la brevedad (4). Algunos de los síntomas antes mencionados, comúnmente pueden presentarse en diferentes padecimientos en una mujer no embarazada, sin embargo, cuando ocurren durante el embarazo pueden tener consecuencias negativas. Por ello, es necesario que las mujeres embarazadas sepan identificarlos como señales de alarma, con el fin de que puedan buscar atención médica oportuna y así, se reduzcan los riesgos para la salud de ella y su hijo.

### **Importancia del conocimiento de señales de alarma**

En un estudio realizado en México, se reportó que el 92% de las mujeres embarazadas habían escuchado sobre las señales de alarma. Sin embargo, sólo el 22.9% identificó el sangrado vaginal, 18.7% dolor de cabeza y 11% zumbido de oídos como señales de alarma. Se ha documentado que las mujeres embarazadas primerizas, en edad temprana (menores de 20 años), con bajo nivel educativo y falta de atención prenatal presentan menor conocimiento de las señales de alarma (5).

En la actualidad, la mayor parte de las muertes maternas son ocasionadas por demoras en tres momentos fundamentales:

- 1) Cuando las mujeres o sus familiares cercanos no reconocen las señales de alarma. Esto retrasa la decisión de acudir a solicitar atención médica.
- 2) La falta de oportunidad para recibir atención oportuna. Es decir, una vez que la mujer reconoce alguna anormalidad, toma tiempo en que acuda al médico (días o semanas). Por lo tanto, se corre riesgo de sufrir alguna complicación que puede ser fatal en el embarazo.
- 3) Cuando la mujer acude a alguna institución o servicio de salud para recibir atención, puede estar en estado de urgencia al no atender las dos previas situaciones (no reconocer las señales de alarma ni acudir a tiempo a recibir tratamiento). Esto puede provocar que el tratamiento brindado en ese momento no sea oportuno (6).

Cuando una mujer está embarazada es importante que sepa a dónde dirigirse, a quién avisar o pedir ayuda para la atención del parto o en caso de alguna emergencia. Es por ello que se recomienda tener un plan de seguridad, en el que se cuente con una red de apoyo con familiares, amigos o vecinos y asignar a quienes pueden apoyar en caso de cualquier complicación (4).

La mejor manera para prevenir una complicación es tener conocimiento de las señales de alarma. En un estudio realizado en México, se observó que, al hacer intervenciones educativas a mujeres embarazadas, se mejoraron los conocimientos sobre los signos y síntomas de alarma (7). Lo ideal para cada mujer embarazada es obtener información clara que les permita identificar estas señales, mediante la asistencia a atención prenatal y una red de apoyo bien informada. Debido a las restricciones sanitarias

derivadas de la pandemia por COVID-19, se limitaron algunas de las actividades que se realizaban en el área de salud reproductiva, tales como las pláticas informativas y grupos de apoyo. Por lo tanto, es importante continuar con la vigilancia de la salud materna, haciendo énfasis en la capacitación del personal de salud y brindar a las mujeres embarazadas la información necesaria y oportuna acerca de los cuidados prenatales. Este esfuerzo debe extenderse a todo el personal de salud que tenga contacto con mujeres en estado de embarazo, parto y puerperio (2).

### Conclusión

La salud materna es primordial ya que es un indicador que permite evaluar las condiciones de salud de una población y el funcionamiento de los servicios de salud. El que las mujeres embarazadas y a su vez sus familias reconozcan cuáles son las señales de alarma, puede ayudar a prevenir complicaciones y al mismo tiempo proteger la vida de la madre y el bebé.

### Referencias:

1. Gonzaga MR, Zonana A. Atención prenatal y mortalidad materna hospitalaria en Tijuana, Baja California. *Salud Pública de México*. 2014;56(1):32-40.
2. Organización Panamericana de la Salud. Recomendaciones de la OMS sobre atención prenatal para una experiencia positiva del embarazo [Internet]. 2018. p. 1-45. Disponible en: [https://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal\\_perinatal\\_health/anc-positive-pregnancy-experience/es/](https://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal_perinatal_health/anc-positive-pregnancy-experience/es/)
3. Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Nota Técnica. Estadística de defunciones registradas 2019 [Internet]. INEGI. 2019. Disponible en: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/mortalidad/doc/defunciones\\_registradas\\_2019\\_nota\\_tecnica.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/mortalidad/doc/defunciones_registradas_2019_nota_tecnica.pdf)
4. Subdirección de Informática Jurídica, Dirección General de Información Automatizada, Comisión Nacional de los Derechos Humanos. Norma Oficial Mexicana NOM-007-SSA2-2016, Para la atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio, y de la persona recién nacida. 2016;1-67.
5. García Regalado JF, Montañez Vargas MI. Signos y síntomas de alarma obstétrica. *Revista Médica Del Instituto Mexicano del Seguro Social*. 2012;50(6):651-7.
6. Freyermuth G, Sesia P. La muerte materna. Acciones y estrategias hacia una maternidad segura. México: Comité Promotor por una Maternidad sin Riesgos. Asesoría, Capacitación y Asistencia en Salud, A.C; 2009.
7. Rodríguez-Ángulo E, Andueza-Pech G, Rosado-Alcocer L, Ortiz-Panozo E, Hernández-Prado B. Efecto de una intervención comunitaria para mejorar conocimientos sobre signos de alarma de complicaciones maternas en mujeres mayas de Yucatán, ensayo controlado, aleatorizado. *Revista de Investigación Clínica*. 2012;64(2):154-63.