

El cuidado preconcepcional es reconocido como un componente crítico en la atención de las mujeres en edad reproductiva. Se define como un conjunto de intervenciones que tienen como propósito identificar y modificar factores de riesgo cuando sea posible. Los que corresponden a variables demográficas y médicas que directa o indirectamente, están relacionadas con factores causales de las malformaciones o con el mal resultado perinatal.

El asesoramiento preconcepcional optimiza el resultado perinatal mediante la identificación de aquellas patologías, medicaciones, hábitos o conductas que pudieran ser riesgosas para la futura madre o el feto. La importancia del asesoramiento preconcepcional se debe a que:

- ✓ La mayoría de los factores de riesgo están presentes antes de la concepción.
- ✓ Existe en el país una alta tasa de embarazos en adolescentes y no deseados.
- ✓ Existen intervenciones que tienen mayor impacto cuando son realizadas antes del embarazo.
- ✓ Existen intervenciones que no pueden ser aplicadas durante el embarazo

Para verificar si hay riesgos, signos y síntomas de peligro, primero PREGUNTE:

• **¿Qué edad tiene?**

Se debe trabajar a través de educación para evitar el embarazo en mujeres menores de 20 años, la mujer que se embaraza debe ser madura e independiente para poder afrontar el compromiso y la responsabilidad de tener una hija o un hijo.

• **¿Tiene pareja estable?, ¿Tiene relaciones sexuales?, ¿Usted y su pareja utilizan algún método de planificación familiar?**

Un reto importante de todas las campañas de educación es enfoque preventivo de embarazos, enseñando la importancia de una pareja estable y en conjunto decidir el momento perfecto para tener una hija o un hijo. Se debe enseñar a planificar la familia, las hijas y los hijos no deberían ser una sorpresa y menos un "accidente". La juventud debe manejar adecuadamente el tema de las relaciones sexuales y la planificación familiar.

• **¿Toma alcohol, fuma, consume drogas?**

El consumo del alcohol a muy temprana edad es un factor predisponente de comportamientos sexuales de riesgo y es predictivo de maternidad temprana y asociado a tabaquismo habitual y alcoholismo.

• **¿Ha tenido contacto con insecticidas y químicos?**

La mujer que trabaja en contacto con químicos y tóxicos debería tener estudios del efecto de estos, sobre los diferentes órganos que pueden afectar antes de embarazarse, para tomar decisión de cuando es el momento perfecto para un embarazo y si estos químicos o tóxicos no son riesgosos para el feto.



- Si ha tenido embarazos previos, investigue:

Antecedente de muertes perinatales, peso bajo al nacer, nacidos prematuros, abortos previos malformaciones congénitas del tubo neural

Es fundamental conocer los antecedentes de embarazos anteriores, que obligan a intentar prevenir nuevas malformaciones.

- **¿Sufre alguna enfermedad crónica?**

La obesidad es un factor de riesgo de varias enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes, hipertensión arterial, cáncer, hipotiroidismo, lupus que no solo tienen un impacto negativo en la salud de la mujer en edad reproductiva, sino en muerte fetal cuando estén embarazadas.

Además deben detectarse alteraciones mentales, trastornos emocionales, mal rendimiento y deserción escolar, tratamientos prolongados y enfermedades cardiovasculares.

- **Investigue sobre el entorno familiar, es importante detectar violencia, maltrato o depresión**

La violencia contra la mujer por parte de su pareja o ex-pareja está generalizada en el mundo dándose en todos los grupos sociales independientemente de su nivel económico, cultural o cualquier otra consideración. Lesiones repetidas, baja autoestima, depresión, alteraciones de la personalidad, bajo rendimiento escolar, higiene personal descuidada, hacen pensar en alteraciones en el entorno familiar. La violencia disminuye la motivación y moral, causa lesiones físicas y psicológicas, depresión y estrés postraumático.



Luego Determine:

- **Peso, Talla e IMC:**

En los últimos años se han empleado distintos indicadores antropométricos que reflejan el estado nutricional. Recientemente se ha considerado el índice de masa corporal como un buen estimador para el diagnóstico, control y seguimiento del estado nutricional de la embarazada. Este indicador relaciona el peso corporal con la talla (tamaño), $IMC = \text{Peso (kg)} / \text{Talla (M)}^2$.

Interpretación:

Enflaquecida $IMC < 18,5$
Normal: IMC de 18,5 a 24,9
Sobrepeso: IMC 25,0 a 29,9
Obesa: $IMC \geq 30,0$

Las evidencias actuales demuestran que el índice de masa corporal $< 18,5$ se asocia con desnutrición, y ésta antes del embarazo es un predictor de peso bajo al nacer y Retardo en el Crecimiento Intrauterino, RCIU, cuando la mujer se embaraza.

- **Hemoglobina o palidez palmar**

La anemia por deficiencia de hierro en la mujer adolescente se asocia a un riesgo mayor de anemia durante el embarazo. También se ha asociado con alteraciones en la función cognoscitiva y la memoria, disminución del desempeño escolar y depresión de la función inmune con incremento en las tasas de infección. Debe tratarse la anemia antes de que la mujer se embarace. Recuerde investigar la causa de la anemia y corregirla.

- **Presencia de enfermedades de transmisión sexual y flujo vaginal:**

La mayoría de las ITS afectan tanto a hombres como a mujeres, pero en muchos casos los problemas de salud que provocan pueden ser más graves en las mujeres. Si una mujer embarazada padece de ITS, esto puede causarle graves problemas de salud a ella y a su bebé.

Debe diagnosticarse Clamidia (*Chlamydia trachomatis*), gonorrea (*Neisseria gonorrhoeae*), virus del herpes, VIH/sida, virus de papiloma humano (VPH), sífilis.

En las mujeres la clamidia y gonorrea pueden provocar enfermedad inflamatoria pélvica la cual puede conducir a infertilidad o problemas con el embarazo. En los varones la gonorrea puede producir epididimitis, y puede causar infertilidad. El VIH mata o daña las células del sistema inmunológico del organismo conduciendo a infecciones graves y la muerte y se transmite durante el embarazo, el trabajo de parto y la lactancia materna.

El flujo vaginal debe ser estudiado y tratado antes de iniciar el embarazo, para evitar enfermedades que pueden favorecer abortos, entre otros.

- **Evalúe la cavidad oral**

La enfermedad periodontal se asocia con condiciones adversas de salud como la fiebre reumática, endocarditis bacteriana o enfermedades sistémicas y puede afectar la alimentación y la escogencia de los alimentos. El dolor oral y facial de la dentadura, los trastornos articulares temporomandibulares y las infecciones orales afectan la interacción social y los comportamientos diarios.

Los resultados de los trastornos orales pueden alterar no solo física y socialmente sino también económicamente a los jóvenes de nuestra sociedad. Se recomienda control odontológico dos veces al año, debe reforzarse la importancia del lavado de dientes con pasta que contenga flúor en concentración de 1.000 ppm o mayor. La caries se asocia con corioamnionitis.

- **Esquema de vacunación**

La prevención de enfermedades transmisibles a través de la inmunización, es una de las intervenciones que han tenido más impacto para disminuir morbilidad y mortalidad. Las mujeres en edad reproductiva deben llegar a su próximo embarazo con el esquema completo de vacunación para disminuir el riesgo de infecciones intrauterinas, la mayoría de las veces fatales.

La clasificación del Riesgo Preconcepcional

Según la estrategia AIEPI a través del sistema codificado de colores se clasifica de la siguiente manera el riesgo preconcepcional, acorde con lo identificado en el interrogatorio y en el examen físico que se realice a la paciente:

<p>Uno de los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ≤20 años • IMC < 20 ó > 30 • Hb < 7 g/dl ó palidez palmar intensa • VDRL reactivo • VIH reactivo • Enfermedad previa sin control • Consume alcohol, tabaco o drogas • Alto riesgo para malformaciones del tubo neural 	<p>NO SE RECOMIENDA EL EMBARAZO</p>
<p>Uno de los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 35 años o más • IMC >26 • Hb entre 7 y 12 g/dl, palidez palmar leve • Enfermedad previa controlada • Problemas de salud bucal • Expuesta a químicos e insecticidas • Muertes perinatales, peso bajo al nacer, nacidos prematuros, abortos previos • Anomalías congénitas anteriores • Parejas sexuales múltiples • Comportamiento sexual de riesgo en la mujer o su pareja • No planificación del embarazo 	<p>EN CONDICIONES DE EMBARAZARSE CON FACTORES DE RIESGO</p>
<p>Todos los siguientes criterios:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Edad entre 20 y 35 años • Hb > 12 g/dl y no tiene palidez • VDRL no reactivo • VIH no reactivo • Consulta preconcepcional • Ningún criterio para clasificarse en las anteriores 	<p>EN CONDICIONES DE EMBARAZARSE</p>

Bibliografía

Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia. Curso Clínico. Organización Panamericana de la Salud – Ministerio de la Protección Social. Bogotá Colombia. Octubre 2010.