

Planear para el Embarazo

MUJERES CON OBESIDAD

Antecedentes

Una mujer o un hombre cuyo índice de masa corporal es superior a 30 es obeso. Por favor utilice su estatura y su peso actual para identificar su índice de masa corporal en la tabla en la parte posterior de esta página.

Cómo Afecta la Obesidad al Embarazo

Una mujer obesa es más probable que:

- Tenga dificultades para embarazarse, especialmente si no le baja la regla todos los meses.
- Tenga un aborto espontáneo.
- Tenga un bebé con defectos o anomalías congénitas.
- Desarrolle diabetes mientras está embarazada.
- Tenga un bebé demasiado grande.
- Sea necesario que tenga una cesárea.
- Tenga problemas de cicatrización debido a un parto con cesárea.
- Tenga problemas con su presión arterial durante el embarazo.
- Se le aplique una epidural que no funciona.
- Tenga problemas de lactancia materna.

Los hombres y las mujeres obesas también son más propensos a tener a un niño que se convierte en un niño obeso.

Las mujeres obesas deben de alcanzar la cantidad correcta de peso para evitar algunos de los problemas mencionados. Las mujeres embarazadas deben hablar con un médico para que les haga recomendaciones sobre el aumento de peso durante el embarazo.

Cómo es que los Medicamentos contra la Obesidad podrían Afectar su Embarazo

Si no está embarazada, es importante que utilice control de la natalidad. Las mujeres obesas que pierden peso a menudo quedan embarazadas antes de estar listas ya que bajar de peso hace más probable que se embaracen. Si usted está tomando medicamentos para ayudarlo a perder peso y se embaraza, comuníquese con su médico.

Qué Puede Hacer

- 1) Hable con su médico si usted padece obesidad y le gustaría embarazarse.
- 2) Tome una multivitamina con ácido fólico (folato) antes de embarazarse.
- 3) Para tener un embarazo saludable, trate de perder peso antes de embarazarse. Hable con su médico sobre esto. La dieta y el ejercicio son las primeras cosas que puede hacer. A veces se necesitan medicamentos o cirugía.
- 4) Si usted está embarazada, hable con su médico sobre una alimentación saludable y un plan de ejercicios.

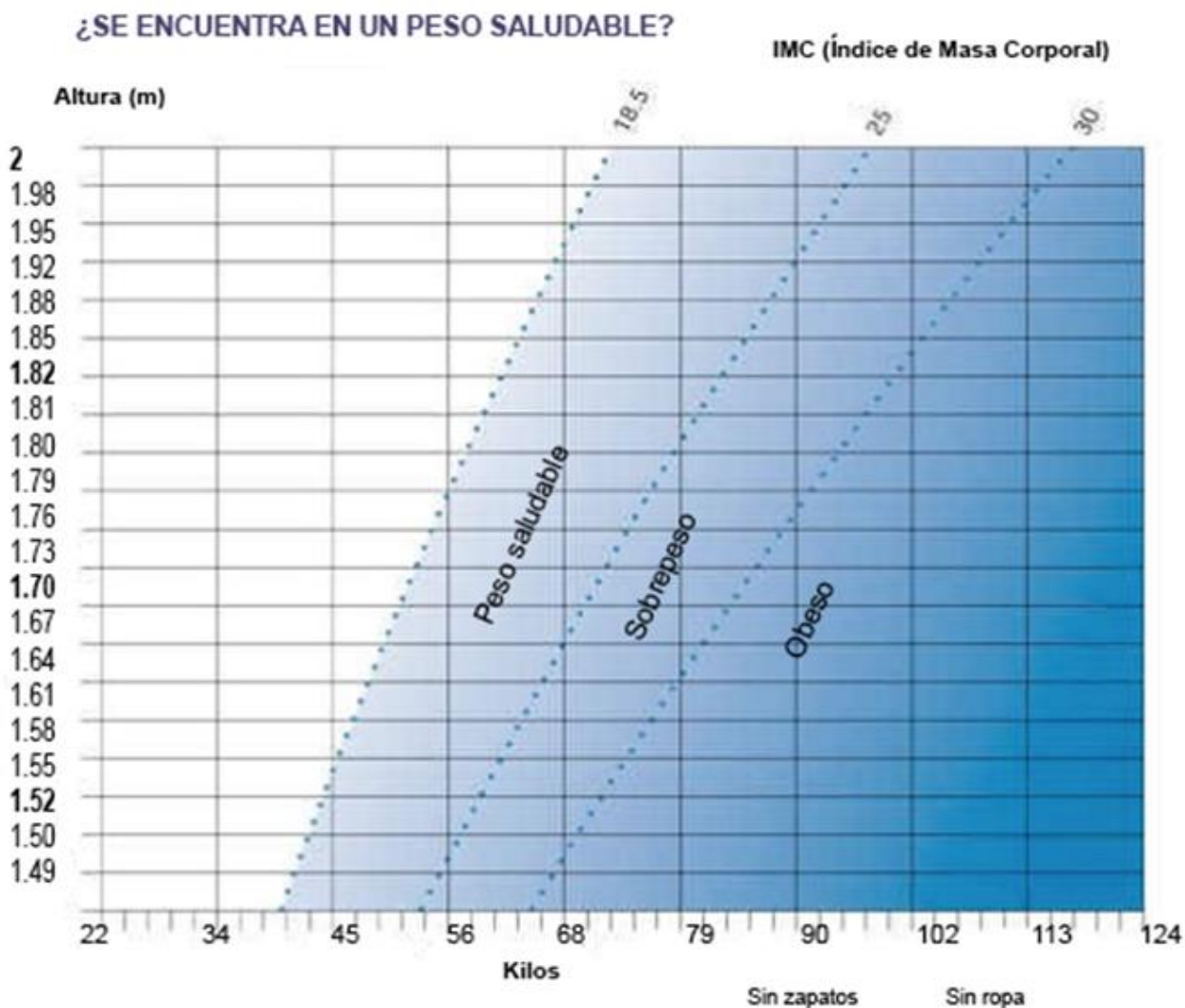


Desarrollado por el Comité de Cuidado Prenatal y Preconcepción (WAPC), revisado 15/1
Asociación de Wisconsin para el Cuidado Perinatal
211 S. Paterson Street, Suite 250 Madison, WI 53703
Teléfono: 608-285-5858; Fax: 608-285-5004; Correo electrónico: wapc@perinatalweb.org

La presente información se encuentra disponible en el sitio web de WAPC, www.perinatalweb.org.

Financiado por la subvención de servicios título V MCH, Oficina de Salud Infantil y Materna, Administración de Servicios y Recursos para la Salud, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EEUU y la Perinatal Foundation.

Gráfico de Índice de Masa Corporal



Fuente: Administración de Medicamentos y Alimentos de los Estados Unidos (FDA) Sitio web:
<http://www.fda.gov/hearthealth/lifestyles/chart.html>