



LISTA DE VERIFICACIÓN PREVIA AL EMBARAZO PARA MUJERES CON ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EXISTENTES

Si estás pensando en quedar embarazada y presentas alguna enfermedad cardiovascular o antecedentes de problemas relacionados con el corazón, debes hablar con tu profesional de salud antes de quedar embarazada para que te ayude a ti y a tu bebé a estar sanos durante el embarazo.

A continuación, se indican algunos temas para iniciar conversaciones que puedes llevar a tu próxima cita con tu profesional de la salud.

SI TIENES:

Alguna enfermedad cardiovascular preexistente

- ¿Cuáles son los factores de riesgo que debo tener en cuenta antes de quedar embarazada?
- ¿Estoy lo suficientemente sana para quedar embarazada?
- ¿En qué se diferenciarán los cuidados o el parto en función de mi afección?
- ¿Tendré que ver a algún especialista? De ser así, ¿cómo coordinarán usted y los especialistas mi cuidado?
- ¿Podré gestar a mi bebé durante todo el embarazo? ¿Existe la posibilidad de tener un parto prematuro?
- ¿Tendré que cambiar mis medicamentos si quedo embarazada, o incluso antes del embarazo?
- ¿Qué más debo saber antes de quedar embarazada?

Defecto cardíaco congénito (CHD, por sus siglas en inglés)

- ¿Cómo mi CHD afecta mi capacidad para quedar embarazada o llevar un embarazo a término?
- ¿Cómo mi CHD afecta mi salud o el riesgo durante el embarazo? ¿Cómo afecta la salud de mi bebé?
- ¿Es seguro quedar embarazada con mi CHD?
- ¿Cómo se coordinará mi cuidado con mi cardiólogo?
- ¿Tendré que cambiar mis medicamentos si quedo embarazada, o incluso antes del embarazo? ¿Qué medicamentos puedo tomar sin riesgo si quedo embarazada?
- ¿Mi bebé tiene más riesgo de tener un CHD?

LISTA DE VERIFICACIÓN PREVIA AL EMBARAZO PARA MUJERES CON ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EXISTENTES

Presión arterial alta

- ¿Cómo la presión arterial alta afecta mi salud? ¿Cómo puede afectar la salud de mi bebé?
- ¿Es seguro quedar embarazada con mi presión arterial actual?
- ¿Qué otros riesgos o complicaciones podría causar mi presión arterial alta?
- ¿Qué valores debería tener antes de quedar embarazada? ¿Qué me recomienda hacer para controlar mi presión arterial?
- ¿Qué medicamentos para la presión arterial son seguros si quedo embarazada?
- ¿Y si tengo antojos de alimentos salados?

Diabetes tipo 1 y tipo 2

- ¿Cómo la diabetes afecta mi salud? ¿Cómo puede afectar la salud de mi bebé?
- ¿Es seguro quedar embarazada con diabetes?
- ¿Qué otros riesgos o complicaciones podría causar mi diabetes?
- ¿Cuál debe ser mi nivel de A1C antes de quedar embarazada? ¿Cuál es la mejor manera de lograrlo?
- ¿Es seguro tomar mis medicamentos si quedo embarazada?
- ¿Cómo cambiarán mis necesidades de insulina durante el embarazo?
- ¿Qué puedo hacer para controlar mi diabetes antes de quedar embarazada?
- ¿Y si tengo antojos de dulces?

SI HAS TENIDO:

Ataque cardíaco o paro cardíaco

- ¿El embarazo puede provocar otro ataque cardíaco o paro cardíaco?
- ¿Es seguro quedar embarazada?
- ¿Qué otros riesgos o complicaciones podrían provocar mis antecedentes de (ataque cardíaco/paro cardíaco)?
- ¿Qué puedo hacer para prevenir otro (ataque cardíaco/paro cardíaco)?
- Si quedo embarazada, ¿cómo me controlarán?
- ¿Cómo se coordinará mi cuidado con mi cardiólogo?
- ¿Qué medicamentos puedo tomar sin riesgo si quedo embarazada?
- ¿Tendré que cambiar mis medicamentos si quedo embarazada, o incluso antes del embarazo?
- ¿Cómo puedo saber qué síntomas son normales en el embarazo y cuáles podrían significar un problema cardíaco?

Ataque o derrame cerebral

- ¿El embarazo puede provocar otro ataque o derrame cerebral?
- ¿Es seguro quedar embarazada?
- ¿Qué otros riesgos o complicaciones podrían provocar mis antecedentes de ataque o derrame cerebral?
- ¿Qué puedo hacer para prevenir otro ataque o derrame cerebral?
- Si quedo embarazada, ¿cómo me controlarán?
- ¿Cómo se coordinará mi atención con mi neurólogo o cardiólogo?
- ¿Qué medicamentos puedo tomar sin riesgo si quedo embarazada?

LISTA DE VERIFICACIÓN ANTES DE LA CONCEPCIÓN PARA MUJERES CON ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EXISTENTES

Insuficiencia cardíaca (miocardiopatía, miocardiopatía del periparto)

- ¿El embarazo puede empeorar mi enfermedad o provocar otras complicaciones?
- ¿Es seguro quedar embarazada?
- ¿Qué otros riesgos o complicaciones podrían provocar mis antecedentes de insuficiencia cardíaca?
- Si quedo embarazada, ¿cómo me controlarán?
- ¿Qué medicamentos puedo tomar sin riesgo si quedo embarazada?
- ¿Cómo puedo saber qué síntomas son normales en el embarazo y cuáles podrían significar un problema cardíaco?

Depresión, ansiedad u otros trastornos mentales

- ¿Cómo (la depresión/la ansiedad/el estrés) afecta mi salud? ¿Cómo puede afectar la salud de mi bebé?
- Si quedo embarazada, ¿cómo me controlarán?
- ¿Qué medicamentos puedo tomar sin riesgo si quedo embarazada?

Si tienes alguna otra afección o preocupación general, habla con tu profesional de la salud. Te orientará sobre cómo tratar tu enfermedad antes del embarazo y durante este, así como evaluar los riesgos o complicaciones que pueda causar el embarazo.

DURANTE UN EMBARAZO ANTERIOR, SI TUVISTE:

Cualquier complicación con embarazos anteriores (p. ej., bajo peso al nacer, parto prematuro, etc.), no olvides decírselo a tu médico.

Complicaciones cardiovasculares generales

- ¿Han cambiado mis factores de riesgo desde mi último embarazo?
- ¿Estoy lo suficientemente sana para volver a quedar embarazada?
- ¿En qué van a diferir mis cuidados o el parto de cómo fueron durante mi otro embarazo?
- ¿Han cambiado los tratamientos para mi enfermedad?
- ¿Tendré que ver a algún especialista? De ser así, ¿cómo coordinarán usted y los especialistas mi cuidado?
- ¿Las pruebas que necesito serán las mismas que antes?
- ¿Podré gestar a mi bebé durante todo el embarazo? ¿Existe la posibilidad de tener un parto prematuro?
- ¿Qué debo saber antes de quedar embarazada?

Diabetes gestacional

- ¿Cómo la diabetes gestacional afecta mi salud? ¿Cómo puede afectar la salud de mi bebé?
- ¿Qué probabilidades hay de volver a padecer diabetes gestacional?
- ¿Qué puedo hacer para reducir el riesgo antes del embarazo y durante este?
- Si quedo embarazada, ¿cuándo me harán las pruebas para saber si tengo diabetes gestacional?
- Si quedo embarazada, ¿a qué signos debo prestar atención para saber si tengo diabetes gestacional?
- ¿Y si tengo antojos de dulces?
- ¿Necesito cuidados especiales después del parto?

LISTA DE VERIFICACIÓN ANTES DE LA CONCEPCIÓN PARA MUJERES CON ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EXISTENTES

Trastorno hipertensivo (hipertensión gestacional, preeclampsia, eclampsia)

- ¿Cómo (la hipertensión/la preeclampsia/la eclampsia) gestacional afecta a mi salud?
¿Cómo puede afectar la salud de mi bebé?
- ¿Qué probabilidades hay de volver a padecer (hipertensión/preeclampsia/eclampsia gestacional)?
- ¿Qué puedo hacer para reducir el riesgo antes del embarazo y durante este?
- Si no tengo presión arterial alta ahora, ¿se reducen mis probabilidades de volver a padecer alguna de estas enfermedades?
- Si quedo embarazada, ¿qué pruebas o controles puedo esperar para detectar estas enfermedades?
- Si quedo embarazada, ¿a qué signos debo prestar atención para saber si tengo estas afecciones?
- ¿Necesito cuidados especiales después del parto?

Para obtener más ayuda o comunicarte con otras madres y cuidadores que hayan padecido enfermedades cardiovasculares relacionadas con el embarazo, visita el **Foro de Salud Materna de la Red de Apoyo** de la American Heart Association (supportnetwork.heart.org).

Para obtener más información, visita goredforwomen.org/pregnancy y habla con tu profesional de la salud.