Image not found https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfan

Image not found https://enfamilia.aeped.es/

Image not found https://enfamilia.aeped.es/

Alcohol durante el embarazo

¿Afecta el consumo de alcohol durante el embarazo?

Sí. El consumo de alcohol durante el embarazo puede producir deficiencias físicas, mentales y motoras al bebé que le pueden afectar durante toda su vida, siendo una de las sustancias de abuso más peligrosas para el desarrollo fetal.

El consumo de alcohol aumenta el riesgo de aborto espontáneo y de parto prematuro. Los niños pueden nacer con rasgos faciales alterados (cabeza pequeña, maxilar superior pequeño, etc.) y malformaciones en el corazón, los riñones, el tubo digestivo, las extremidades, etc. Además, puede generar un retraso en el crecimiento y desarrollo psicomotor que puede ir desde moderado a profundo, pudiendo provocar problemas de hiperactividad, dificultad para memorizar, hablar o coordinarse. De hecho, el alcohol es la primera causa no genética de retraso mental.

¿Qué es el Síndrome Alcohólico Fetal?

Es el término médico que define el conjunto de alteraciones que pueden afectar a los bebés cuyas madres consumieron alcohol durante el embarazo. En realidad, este síndrome, propiamente dicho, aparece en los casos más graves. En la gran mayoría, se produce algunas de estas manifestaciones. Por eso se habla del "síndrome alcohólico fetal", en el primer caso, y de "trastornos relacionados con el síndrome alcohólico fetal" en los otros.

¿Por qué daña el consumo de alcohol al bebé si es la mujer la que consume?

El alcohol pasa directamente al bebé atravesando la barrera placentaria. Cuando una mujer embarazada bebe alcohol, al cabo de una hora ella y su bebé tienen la misma concentración de alcohol en sangre.

¿El consumo de alcohol daña a unos órganos más que a otros?

Puede afectar a todos los órganos. No obstante, el sistema nervioso y, en concreto, el cerebro, es más vulnerable al consumo de alcohol. También depende del momento en el embarazo en el que se produzca ese consumo y los órganos que se estén desarrollando en ese momento.

¿Existe algún periodo durante el embarazo en el que consumir alcohol pueda considerarse seguro?

No. Beber alcohol en cualquier momento del embarazo puede dañar al feto, aunque, en general, se considera que el primer trimestre de la gestación es un periodo especialmente vulnerable a todos los agentes tóxicos o dañinos para el bebé debido a que durante este periodo se lleva a cabo la mayor parte del desarrollo de los órganos del bebé.

¿Qué cantidad de alcohol puede considerarse segura durante el embarazo?

Ninguna. No existe un límite de consumo que sea seguro, por lo que el único consumo seguro de alcohol durante el embarazo es el CONSUMO CERO.

¿Existe alguna relación entre la cantidad de alcohol que se ingiere durante el embarazo

y el efecto que produce sobre el bebé?

A medida que aumenta el consumo, se incrementa el daño. Los mayores problemas se producen en niños cuyas madres consumen alcohol de forma habitual. Sin embargo, el consumo ocasional de grandes cantidades, por ejemplo en los casos de borracheras, aumenta también la probabilidad de que el desarrollo del bebé se vea seriamente afectado.

¿Hay bebidas alcohólicas más perjudiciales?

El daño no depende del tipo de bebida consumido sino de la cantidad de alcohol ingerido y la frecuencia con que se realiza.

¿Se puede consumir alcohol durante la lactancia?

No. El alcohol pasa a la leche materna y es como si el bebé lo consumiera.

Todavía hay personas que creen que el alcohol aumenta la cantidad de leche materna y mejora su calidad. Nada más erróneo. El consumo de alcohol durante la lactancia podría reducir la cantidad de leche que la madre produce.

¿Puede tomar alcohol una mujer que quiere quedarse embarazada?

Si se está planificando un embarazo no se aconseja el alcohol, ya que puede producir disminución de la fertilidad y alteraciones del ciclo menstrual.

Además, suele ocurrir que, cuando la mujer confirma que está embarazada ya han transcurrido algunas semanas de embarazo, que son cruciales puesto que coinciden con las etapas iniciales del desarrollo embrionario del bebé en las que éste es especialmente vulnerable a cualquier agente perjudicial.

¿Qué debo hacer si ya había consumido alcohol antes de saber que estaba embarazada?

Lo más importante es no seguir consumiendo bebidas alcohólicas una vez confirmadoel embarazo. Es recomendable hablar con el ginecólogo o matrona con respecto a este tema y a otros hábitos que pueden suponer riesgos añadidos para su salud y la del bebé. Conocerlos ayudará a poder realizar las pruebas diagnósticas necesarias y a planificar las decisiones terapéuticas más adecuadas.

En España, existe un Servicio de Información Telefónica para la Embarazada (SITE: 91822 24 36) en el que se pueden realizar consultas sobre diversos factores de riesgo para el desarrollo prenatal.

¿Perjudica más el alcohol a las mujeres que a los hombres?

Sí. Aún incluso sin contar con las diferencias en el peso corporal entre hombres y mujeres (a menor peso corporal mayor daño), el alcohol alcanza en las féminas mayores concentraciones en sangre que en hombres. Ello se debe a la mayor proporción de grasa/agua en la mujer que hace más difícil la dilución del alcohol, y a que tienen también niveles más bajos de la enzima alcohol deshidrogenasa que participa de modo fundamental en la metabolización del alcohol.

Modificado a partir del documento: Si estás embarazada, con el alcohol no hay excusa que valga. Embarazadas: cero alcohol. Ministerio de Sanidad.

Artículo publicado el 5-9-2011, revisado por última vez el 1-4-2014

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto no pertenece originariamente a la página web "En Familia" de la Asociación Española de Pediatría y se reproduce con

permiso de los propietarios del copyright. Para conocer las condiciones de uso debe dirigirse a la fuente original.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/alcohol-durante-embarazo