Medicamentos para resfriados, gripe y COVID-19 en el embarazo

Guía sobre medicamentos de venta libre y recetados y suplementos durante el embarazo

Medicamentos de venta libre

MEDICAMENTO	USADO PARA	INFORMACION PARA EL EMBARAZO
Acetaminofén/ paracetamol (Tylenol®)	Fiebre, dolor leve a moderado	Opción recomendada para dolor y fiebre en el embarazo. Los estudios no han encontrado una mayor probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo si se toma durante un corto periodo y se usa según las indicaciones. Tratar la fiebre durante el embarazo es importante.
Antiinflamatorios no esteroideos (AINEs): • **Ibuprofeno** (Motrin®, Advil®) • **Naproxeno** (Aleve®) • **Aspirina de concentración regular**	Fiebre, dolor, inflamación	Debe evitarse durante el embarazo (especialmente después de las 20 semanas). Estos medicamentos pueden reducir la cantidad de líquido que rodea al feto y causar problemas de los riñones, el corazón y los pulmones del feto.
Dextrometorfano (Robitussin®)	Tos	Se ha realizado poca investigación sobre este medicamento en el embarazo. Los estudios disponibles no sugieren que aumente la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo si se toma según las indicaciones durante un corto periodo. Evite los medicamentos líquidos que contengan alcohol.
Guaifenesina (Mucinex®)	Aflojar el moco	Se ha realizado poca investigación sobre este medicamento en el embarazo. Los estudios disponibles no sugieren que aumente la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo si se toma según las indicaciones durante un corto periodo.
Pseudoefedrina (Sudafed®)	Congestión nasal	Algunos estudios sugieren un pequeño aumento en la probabilidad de defectos de nacimiento cuando este en el tercer trimestre si el medicamento, pero la mayoría de los demás estudios no han encontrado tal aumento. Hay poca información sobre su uso más adelante en el embarazo. Si tiene hipertensión, consulte con su profesional de atención médica antes de tomar pseudoefedrina.
Fenilefrina (Sudafed PE®)	Congestión nasal	La mayoría de los estudios no han encontrado que este medicamento aumente la probabilidad de defectos de nacimiento cuando se toma por vía oral en el primer trimestre. Hay poca información sobre su uso más adelante en el embarazo. Si tiene hipertensión, consulte con su profesional de atención médica antes de tomar fenilefrina. Los estudios han demostrado que tomar fenilefrina por vía oral no funciona bien para tratar la congestión nasal. El uso de espray nasal de fenilefrina es más eficaz. Además, solo una pequeña cantidad de medicamento llega al feto cuando se utiliza un espray nasal.
Doxilamina	Goteo nasal, ojos llorosos, estornudos	Este medicamento ha sido estudiado en cientos de miles de embarazos. Los estudios no han mostrado que aumente la probabilidad de defectos de nacimiento ni problemas de embarazo.
Loratadina (Claritin®)	Goteo nasal, ojos llorosos, estornudos	Los estudios no han demostrado que este medicamento aumente la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo cuando se usa según las indicaciones.
Difenhidramina (Benadryl®)	Goteo nasal, ojos llorosos, estornudos	Los estudios no han demostrado que este medicamento aumente la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo cuando se usa según las indicaciones. En casos raros, se han reportado contracciones uterinas y muerte fetal en el tercer trimestre, cuando el medicamento se usa durante más tiempo o en dosis más altas de las recomendadas.
Cetirizina (Zyrtec®)	Goteo nasal, nariz tapada	Los estudios no han demostrado que este medicamento aumente la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo cuando se usa según las indicaciones.
Oximetazolina (Afrin®)	Congestión nasal	Solo una pequeña cantidad de medicamento llega al feto cuando se utiliza un espray nasal. Los estudios no han demostrado que este medicamento aumente la probabilidad de defectos de nacimiento cuando se usa según las indicaciones. No se use más de 3 días seguidos para evitar empeorar aún más la congestión.
Alcanfor, mentol, fenol, **benzocaína** *(Se encuentran en pastillas para la tos, espráis para la garganta, ungüentos para el pecho)*	Tos, congestión, dolor de garganta	Las pastillas para la tos, los espráis para la garganta y los ungüentos para el pecho con estos ingredientes no han sido bien estudiados en el embarazo. No se considera que usarlos según las indicaciones durante un corto periodo aumente la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo. Evite el uso continuo, ya que hay poca información sobre su uso en el embarazo.

Medicamentos antivirales

MEDICAMENTO	USADO PARA	INFORMACION PARA EL EMBARAZO
Oseltamivir (Tamiflu®) **Zanamivir** (Relenza®)	Prevención y tratamiento de la gripe	Los estudios sobre estos medicamentos no han mostrado que aumenten la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo cuando se toman según las indicaciones. Comenzar el tratamiento dentro de 48 horas de los primeros síntomas reduce el riesgo de enfermedad grave por gripe.
Peramivir (Rapivab®) **Baloxavir** (Xofluza®)	Prevención y tratamiento de la gripe	Estos medicamentos no han sido estudiados para su uso en el embarazo. Hable con su profesional de atención médica sobre los riesgos y beneficios de usarlos.
Nirmatrelvir/Ritonavir (Paxlovid®)	Tratamiento de síntomas de COVID-19	Se ha realizado poca investigación sobre este medicamento en el embarazo. Los estudios disponibles no sugieren que aumente la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas del embarazo cuando se toma según las indicaciones. Comenzar el tratamiento dentro de 5 días de los primeros síntomas reduce el riesgo de enfermedad grave por COVID-19.

Suplementos y productos homeopáticos

Estos productos no están regulados por la FDA en cuanto a seguridad y pureza de la misma manera que los medicamentos. Hay poca o ninguna evidencia de que sean eficaces para tratar resfriados y gripe.

NOMBRE DE PRODUCTO	INFORMACION PARA EL EMBARAZO
Vitamina C	La cantidad habitual recomendada durante el embarazo es de 85 mg/día. No se han estudiado dosis más altas durante el embarazo.
Zinc	La cantidad habitual recomendada durante el embarazo es de 11 mg/día. No se han estudiado dosis más altas durante el embarazo.
Equinácea	Los pocos estudios disponibles no sugieren que la equinácea aumente la probabilidad de defectos de nacimiento o problemas de embarazo. Sin embargo, los productos de equinácea pueden contener ingredientes no declarados, como alcohol o plomo.
Saúco	No se ha estudiado para su uso en el embarazo, así que no hay información sobre posibles riesgos.
Propóleo	No se ha estudiado para su uso en el embarazo, así que no hay información sobre posibles riesgos.
Productos homeopáticos (Zicam®, Boiron®, Hyland's®, otros)	No se han estudiado para su uso en el embarazo, así que no hay información sobre posibles riesgos.
Tés o infusiones de hierbas	Muchas hierbas no se han estudiado en el embarazo. Algunas hierbas podrían aumentar los riesgos de embarazo. Las infusiones que afirman tratar o prevenir enfermedades son suplementos y no están reguladas por la FDA de la misma manera que los tés vendidos como bebidas. Consulte con su proveedor de atención médica o contacte con MotherToBaby para obtener más información antes de usarlos.

Se pueden encontrar hojas informativas con más información sobre muchos de estos medicamentos y suplementos en **mothertobaby.org**.

Las opciones no medicadas que pueden ayudar a calmar los síntomas del resfriado y la gripe durante el embarazo incluyen espray nasal salino, tiras nasales, pastillas de ducha, beber agua tibia con limón y miel, hacer gárgaras con agua salada, usar un vaporizador limpio, mantenerse hidratado y descansar lo suficiente.

MotherToBaby®

Society for Maternal-Fetal Medicine
High-risk pregnancy experts

Este gráfico fue desarrollado en colaboración por MotherToBaby y la Sociedad de Medicina Materno-Fetal (SMFM) y cuenta con financiación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). Este gráfico ofrece una descripción general de los tratamientos comunes para los síntomas de resfriado y gripe durante el embarazo. No es una lista exhaustiva y no debería sustituir el consejo médico de un profesional de atención médica.

Este recurso fue apoyado por SMFM y los CDC del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (HHS) como parte de una ayuda financiera que sumó 400.000 dólares, financiada al 100 por ciento por CDC/HHS. El contenido corresponde a el/los autor(es) y no representa necesariamente las opiniones oficiales ni un respaldo por parte de CDC/HHS o del Gobierno de EE. UU.

octubre de 2026