

# Embarazo después de la cirugía bariátrica

SERIE DE EDUCACIÓN PARA PACIENTES



La cirugía bariátrica, también conocida como cirugía de pérdida de peso, es un procedimiento que altera el sistema digestivo para ayudar a controlar el peso a largo plazo y mejorar la salud. Puede mejorar afecciones como la diabetes, la hipertensión y el **síndrome del ovario poliquístico (SOP)**, que también pueden aumentar las probabilidades de quedar embarazada. Puede tener un embarazo saludable después de la cirugía bariátrica, pero puede requerir cuidados especiales según el tipo de cirugía a la que se haya sometido y de su estado general de salud.

## ¿Qué necesita saber mi ginecobstetra sobre mi cirugía bariátrica para poder cuidarme durante el embarazo?

La información más importante que su proveedor de atención obstétrica necesitará saber es qué tipo de cirugía bariátrica le realizaron. Los principales tipos de cirugía bariátrica son los siguientes:

- **Banda gástrica:** se coloca una pequeña banda alrededor de la parte superior del estómago para reducir su tamaño. Esto ayuda a sentirse lleno más rápido y a comer menos.
- **Baipás gástrico:** se reduce el tamaño del estómago y se desvía parte del intestino delgado para limitar la cantidad de alimentos que puede ingerir y la cantidad de calorías y nutrientes que puede absorber su cuerpo.
- **Gastrectomía vertical:** se extirpa parte del estómago, se reduce su tamaño y se le da forma de manga o tubo.

También querrá saber si tuvo alguna complicación debido al procedimiento, como segundas cirugías, coágulos sanguíneos o **transfusiones de sangre**.

## ¿Puedo quedar embarazada después de una cirugía bariátrica?

Después de la cirugía bariátrica, muchas personas pierden peso rápidamente, lo que puede mejorar afecciones como el síndrome del ovario poliquístico, ayudar a regular la ovulación y la menstruación y aumentar las posibilidades de quedar embarazada.

Los estudios han demostrado que las personas que quedan embarazadas poco después de la cirugía bariátrica aún pueden tener embarazos saludables, pero es posible que sus

proveedores de atención obstétrica deban controlarles el peso y el estado nutricional más de cerca. Algunos expertos recomiendan esperar de 12 a 24 meses después de la cirugía bariátrica antes de quedar embarazada. Esto da tiempo a que el peso corporal se estabilice y puede reducir el riesgo de complicaciones del embarazo relacionadas con la obesidad.

Mientras espera a que su peso se estabilice, es importante utilizar métodos anticonceptivos confiables. Las pastillas anticonceptivas pueden ser menos efectivas en pacientes que se han sometido a una cirugía bariátrica. Su proveedor de atención médica puede ayudarla a elegir un método anticonceptivo que sea eficaz y se adapte a su estilo de vida.

## Estoy en el primer trimestre de embarazo y he perdido peso. ¿No debería aumentar de peso durante el embarazo?

En general, el embarazo es un momento para aumentar de peso, no para perderlo. Sin embargo, no es infrecuente que las personas que se han sometido a una cirugía bariátrica pierdan peso durante el embarazo, especialmente en el primer trimestre. Esto puede deberse a una combinación de pérdida de peso continua después de la cirugía y síntomas como las náuseas o los vómitos.

Si está perdiendo peso, es posible que su proveedor de atención médica revise su ingesta de alimentos y le recomiende que consulte a un nutricionista o a un dietista matriculado. Si continúa perdiendo peso o simplemente no lo aumenta, es posible que se recomienden **ecografías** más frecuentes para verificar que el **feto** esté creciendo normalmente. Se harán recomendaciones de peso específicas basadas en su peso actual.

## Me diagnosticaron anemia por carencia de hierro después de mi cirugía bariátrica. ¿Tendré que estar controlada durante el embarazo?

La **anemia por carencia de hierro** puede producirse después de una cirugía bariátrica, especialmente después de un baipás gástrico. Esta afección se produce cuando el cuerpo no recibe suficiente hierro. Es importante controlar sus niveles de hierro y otros nutrientes clave como la vitamina B12 y el folato durante el embarazo. Su proveedor de atención médica puede hacerle análisis de sangre para averiguar si no está ingiriendo suficiente cantidad de estos nutrientes. Si su cuerpo necesita más vitaminas o minerales, puede recomendarle suplementos y sugerirle cambios específicos en la dieta.

## Mi cirujano bariátrico me recomendó tomar un multivitamínico a diario. ¿Existen otras vitaminas o suplementos que debo tomar ahora que estoy embarazada?

Durante el embarazo y la lactancia, sus necesidades de nutrientes cambian. Es probable que necesite tomar una vitamina prenatal que incluya nutrientes importantes como el ácido fólico. Si actualmente toma un multivitamínico, hable con su proveedor de atención médica sobre la posibilidad de cambiarlo por una vitamina prenatal, idealmente al menos tres meses antes de quedar embarazada. El ácido fólico de la vitamina prenatal es importante para el desarrollo del feto.

No debe tomar otros suplementos, a menos que su proveedor se los recomiende. Tomar demasiadas vitaminas, como la vitamina A, puede ser perjudicial para el feto.

Después de ciertos tipos de cirugía bariátrica, es más difícil para el estómago o los intestinos absorber nutrientes. Si esto sucede, su proveedor puede recomendarle vitaminas que se administran en forma de inyección o por vía intravenosa (que se coloca en una vena).

## Mi último embarazo fue saludable, pero eso fue antes de la cirugía bariátrica. ¿Hay otros cambios que debería esperar durante mi atención prenatal?

A la mayoría de las mujeres embarazadas se les realizan pruebas de detección de **diabetes gestacional** entre las

semanas 24 y 28 de embarazo. Si ha estado embarazada antes, quizás recuerde haber consumido una bebida azucarada para detectar diabetes. Esta prueba puede ser difícil si se sometió a un procedimiento bariátrico como un baipás gástrico, por lo que su proveedor de atención médica puede recomendarle una forma diferente de realizar la prueba de diabetes durante el embarazo.

Si se sometió a un procedimiento de banda gástrica, es posible que el líquido en la banda deba ajustarse durante el embarazo. Las opciones son mantener el nivel de líquido actual, eliminar el líquido o agregar más líquido. Este procedimiento lo realiza su cirujano bariátrico. Debe hablar tanto con su obstetra como con su cirujano sobre el método más adecuado para usted.

Algunas complicaciones raras de la cirugía bariátrica pueden ocurrir en cualquier momento, incluso durante el embarazo. A veces, estas complicaciones pueden parecer cambios o síntomas normales del embarazo. Informe a su proveedor de atención médica de sus antecedentes quirúrgicos y comuníquese si tiene dolor abdominal, náuseas o vómitos en algún momento del embarazo.

La cirugía bariátrica no es motivo para tener un **parto por cesárea** planificado. Debe hablar con su proveedor sobre qué opción de parto es mejor para usted.

## ¿Puedo seguir amamantando aunque me haya sometido a una cirugía bariátrica?

Sí, aún puede elegir amamantar después de la cirugía bariátrica. Una buena nutrición durante este tiempo es esencial. Si tiene niveles bajos de nutrientes en el cuerpo, también pueden estar bajos en la leche materna, pero eso es infrecuente. El proveedor de atención médica de su bebé debe saber si usted tiene alguna deficiencia conocida para poder controlar más de cerca el crecimiento y el desarrollo de su bebé.

Muchas personas con cirugía bariátrica previa pueden seguir teniendo un peso corporal más elevado, lo que a veces puede retrasar la **lactogénesis** (el proceso de salida de la leche). Si tiene dificultades para amamantar, consultar a un especialista en lactancia puede proporcionarles apoyo y orientación para aumentar y mantener su producción de leche.

## Datos interesantes

- Las posibilidades de quedar embarazada pueden aumentar después de la cirugía bariátrica.
- Se recomienda esperar aproximadamente de 12 a 24 meses después de la cirugía bariátrica antes de quedar embarazada, según el tipo de cirugía a la que se haya sometido.
- Las pastillas anticonceptivas pueden ser menos efectivas en pacientes que se han sometido a una cirugía bariátrica.
- Después de ciertos tipos de cirugía bariátrica, es más difícil para el sistema digestivo absorber nutrientes y vitaminas.
- Muchos pacientes presentan anemia después de la cirugía bariátrica.
- Aún puede amamantar después de la cirugía bariátrica, pero informe al proveedor de atención médica de su bebé si tiene alguna deficiencia nutricional.

## Glosario

**Transfusión de sangre:** dar sangre de un donante a otra persona.

**Parto por cesárea:** cirugía en la que el bebé nace a través de un corte (incisión) en el útero de la madre.

**Feto:** el producto de la concepción que aún no nació de un ser humano que se desarrolla en el útero; la etapa fetal dura desde las nueve semanas hasta el nacimiento.

**Ácido fólico:** una vitamina B que, cuando se toma durante el embarazo, puede ayudar a prevenir anomalías congénitas en el cerebro y la médula espinal del feto en desarrollo. La mayoría de las mujeres embarazadas necesitan 400 microgramos de ácido fólico al día.

**Diabetes gestacional:** diabetes que se desarrolla durante el embarazo.

**Anemia por carencia de hierro:** afección en la que el cuerpo no tiene suficiente hierro para producir glóbulos rojos sanos, que transportan oxígeno.

**Lactogénesis:** el inicio de la producción de leche materna.

### Métodos anticonceptivos reversibles de acción

**prolongada:** los métodos anticonceptivos que duran años son muy efectivos para prevenir el embarazo y se pueden eliminar si desea quedar embarazada. Estos métodos incluyen dispositivos intrauterinos (que se colocan en el útero) y el implante (que se coloca debajo de la piel en la parte superior del brazo).

**Síndrome del ovario poliquístico (SOP):** una afección hormonal que afecta a los ovarios. Puede causar períodos irregulares, pequeños quistes en los ovarios y niveles más altos de andrógenos (un tipo de hormona).

**Gastrectomía vertical:** un tipo de cirugía para perder peso en la que se extirpa parte del estómago, se reduce su tamaño y se le da forma de manga o tubo.

**Trimestres:** períodos de tres meses en los que se divide el embarazo. El primer trimestre comprende los meses 1 a 3 (semanas 1 a 12); el segundo trimestre son los meses 4 a 6 (semanas 13 a 27); y el tercer trimestre son los meses 7 a 9 (semanas 28 a 40).

**Ecografía:** uso de ondas sonoras para crear imágenes de órganos internos o del feto durante el embarazo.

Para encontrar un subespecialista en medicina materno-fetal en su área, visite [Find an MFM - Society for Maternal Fetal Medicine](#). La Serie de Educación para el Paciente de Society for Maternal-Fetal Medicine refleja el contenido de las pautas prácticas de la SMFM publicadas actualmente. Cada documento de la serie se ha sometido a una extensa revisión interna antes de su publicación. Los documentos de educación para el paciente no se deben utilizar como sustituto del consejo y la atención de un profesional médico.

Última actualización: Junio de 2025