



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD



Documento Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo

Inés Zuza Santacilia

Área de Prevención.

SG de Promoción, Prevención y Equidad en Salud.

DG de Salud Pública y Equidad e Salud (DGSPES)

16 de septiembre de 2025

Índice



1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo
3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo
4. Marco de intervención
5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?
6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?
7. Aspectos transversales
8. Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol

El TEAF es **100% prevenible**

- Es **responsabilidad** de todas las personas y de la sociedad en su conjunto.
- Requiere un **enfoque integral y políticas multi-nivel** que involucre a los sistemas de salud, profesionales sanitarios, la comunidad y las políticas públicas.



**9 de septiembre -
Día internacional de
prevención del TEAF**

Índice



1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo
3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo
4. Marco de intervención
5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?
6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?
7. Aspectos transversales
8. Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

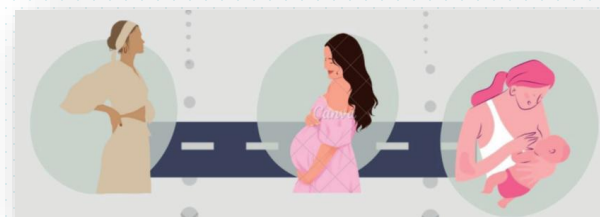
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo



Guía

- Para profesionales de la salud
- **Cómo realizar** la identificación e intervención breve (SBI/SBIRT) sobre el consumo de alcohol durante

1. Etapa preconcepcional
2. Gestación
3. Puerperio y la lactancia materna



En el documento se entiende por **gestante** a toda persona que gesta, incluyendo mujeres, hombres trans y personas no binarias. Así mismo, por **feto** se incluyen todas las etapas de desarrollo gestacional.

¡Gracias a quienes habéis participado!

Índice



1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo
3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo
4. Marco de intervención
5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?
6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?
7. Aspectos transversales
8. Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo

(complementando presentaciones previas)

Consumo de alcohol – efectos negativos

- Teratogénico – TEAF
- Salud de la gestante (carcinógeno – 7 tipos de cáncer, incluido mama)
- Curso del embarazo
- También influye: consumo por parte de la pareja o del hombre

Epidemiología y factores asociados

Percepción de riesgo: 1 de cada 15 creen que algún nivel de consumo sin riesgo

- Menos vino y cerveza, y consumo puntual

Embarazos no planificados ≈ 20% España (45% Región Europea de OMS)

Comunidad LGTBIQ+ consumo promedio mayor que población general

Determinantes sociales y comerciales

Índice



1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo
3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo
4. Marco de intervención
5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?
6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?
7. Aspectos transversales
8. Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

4. Marco de intervención

Recomendaciones de OMS

sobre cribado e intervención breve en alcohol y otras sustancias a profesionales sanitarios



2014

Recomendación	Fuerza de la recomendación	Calidad de la evidencia
PREGUNTAR a toda gestante sobre consumo de alcohol y otras sustancias (pasado y presente) lo antes posible durante la gestación y en cada visita	Fuerte	Baja
OFRECER INTERVENCIÓN BREVE a toda gestante que consuma alcohol u otras drogas	Fuerte	Baja

4. Marco de intervención

Actuaciones a nivel regional

A nivel regional en España se realizan **actuaciones** para favorecer los embarazos libres de alcohol y **se utilizan diferentes instrumentos** para la detección del consumo de alcohol en gestantes.

Quiénes somos
Actividad Física
Alcohol
Entornos saludables
Envejecimiento saludable
Interrupciones voluntarias del embarazo
Lesiones
Prevención de violencia
Programas de cribado
Promoción de la salud y equidad
Salud de la infancia y adolescencia
Salud y género
Tabaco
Vacunas y programa de vacunación

Enlaces de interés de Comunidades y Ciudades Autónomas sobre prevención del consumo de alcohol

Haga clic sobre cada Comunidad o Ciudad Autónoma en el mapa para acceder a enlaces de interés de ésta sobre prevención del consumo de alcohol.



<https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/alcohol/enlacesDeInteres/CCAA.htm>

Índice



1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo
3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo
4. Marco de intervención
5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?
6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?
7. Aspectos transversales
8. Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?



¿Cuándo, dónde y quién?

Tan pronto como sea posible – AP y hospital

- En cada visita pregestacional
- En cada visita gestacional
- Tras el parto

¿A quién?

- Gestantes
- Personas en edad fértil (etapa preconcepcional)
- Aquellas con deseo gestacional

Abordaje
INTEGRAL:
estilos de vida,
consumo tabaco,
otras drogas y
factores de riesgo

5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?

¿Cómo abordar la conversación?

- Comprender **complejidad** situación gestante
- Con **empatía**
- **Lenguaje** adecuado: evitar **estigma**

Recordar, además:

- Crear **vínculo terapéutico**
- Realizar cribado gestante sola - **espacio confidencial**
- Explorar el patrón de **consumo de su entorno**

Dejar de consumir alcohol siempre aporta beneficios

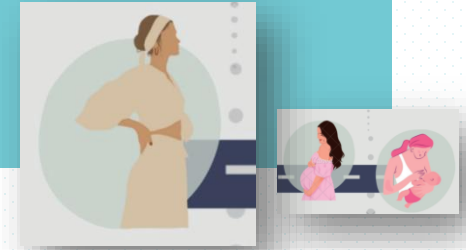


Índice



1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo
3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo
4. Marco de intervención
5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?
6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?
7. Aspectos transversales
8. Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?



1 ETAPA PRECONCEPCIONAL

- 3 meses previos a la concepción
- **Perspectiva de salud pública:** cualquier momento del curso de la vida reproductiva antes de que ocurra un embarazo, incluyendo parejas.

1. Realizar cribado e intervención breve del consumo de alcohol (ver cómo realizar las actuaciones SBI/SBIRT en documento de actuaciones en población adulta* - herramienta de cribado test AUDIT C) y otras drogas.

* Pendiente de desarrollo

2. Ofrecer anticoncepción eficaz para evitar gestaciones expuestas al alcohol

3. Realizar actuaciones de educación para la salud, campañas y actuaciones comunitarias basadas en la evidencia, para **aumentar el conocimiento** de la población (adolescentes, asociaciones, etc.), coordinadas con otras actuaciones preventivas y de promoción de la salud.

¿A quién?

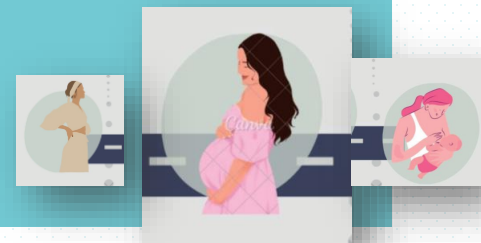
- **Personas en edad fértil**
- **Personas con deseo gestacional y sus parejas**

Se sugiere intervención **CHOICES**

Cambiar el consumo de alto riesgo de alcohol y mejorar la eficacia de la anticoncepción (*Changing High-Risk Alcohol Use and Improving Contraception Effectiveness Study*)

evalúa el riesgo y ofrece opciones

6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?



2

DURANTE LA GESTACIÓN

I. CRIBADO DEL CONSUMO DE ALCOHOL (Y OTRAS DROGAS)

Cualquier exposición al alcohol en el embarazo implica un riesgo alto para el feto.

Se definen niveles de riesgo similares a las de población general, para facilitar la intervención en la gestante.

ASSIST: Prueba de detección de consumo de alcohol, tabaco y sustancias.
AUDIT C (Audit Corto)
AUDIT

1. Crear vínculo terapéutico con la gestante.

Sin emitir juicios de valor, mostrando empatía y haciendo escucha activa. Evitar estigmatizar y recordar la confidencialidad de las conversaciones en la consulta.

2. Anamnesis completa para explorar factores de riesgo

Edad, embarazo no deseado, antecedentes de abuso, trastornos psicológicos, conflictos o violencia...

3. Cribado: Preguntas 1 y 2 del cuestionario ASSIST

1. A lo largo de la vida, ¿cuál de las siguientes sustancias ha consumido alguna vez? (solo las que consumió sin receta médica) – ver listado en la tabla 3 del protocolo completo
2. En los últimos tres meses, ¿con qué frecuencia ha consumido las sustancias que mencionó (primera droga, segunda droga, etc.)?

No consumo
Nivel 0
Refuerzo positivo

Alcohol
Realizar Test **AUDIT C**
(3 preguntas)

Otras drogas/policonsumo
Continuar preguntas ASSIST, ver protocolos de actuación y valorar derivación a atención especializada

1. ¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?

(0) Nunca	(1) Uno o menos veces al mes	(3) De dos a tres veces a la semana
	(2) De dos a cuatro veces al mes	(4) Cuatro o más veces a la semana

☐

2. ¿Cuántas consumiciones haces al día?

(0) Una o dos	(1) Tres o cuatro	(3) Siete a nueve
	(2) Cinco o seis	(4) Diez o más

☐

3. ¿Con qué frecuencia tomas 6 o más consumiciones en una sola ocasión?

(0) Nunca	(1) Menos de una vez al mes	(3) Semanalmente
	(2) Mensualmente	(4) A diario o casi a diario

☐

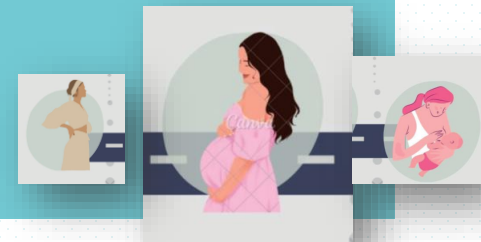
Nivel 1
< 4 puntos

Nivel 2 ó 3
≥ 4 puntos

Realizar Test **AUDIT Completo**
(10 preguntas – 3 minutos)

> 5 y < 13 puntos: Nivel 2
≥ 13 puntos: Nivel 3

6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?



2 DURANTE LA GESTACIÓN

II. INTERVENCIÓN EN GESTANTES CON CONSUMO DE ALCOHOL

4. Niveles de riesgo e intervención

Nivel 0
No consumo

Refuerzo positivo +
visitas rutinarias

Nivel 1
AUDIT C < 4 puntos

Intervención breve +
visitas rutinarias +
información escrita

Nivel 2
AUDIT > 5 y < 13
puntos

Intervención breve +
seguimiento
intensivo

Nivel 3
AUDIT ≥ 13 puntos
Valorar posible dependencia

Intervención breve
Atención y coordinación con
servicio especializado
Tratam. y seguim. intensivo

Intensificar intervención: afectación feto y menos tiempo disponible

IB: intervención estructurada corta (5-30 min) - objetivo abandonar o reducir consumo (incluye técnicas de entrevista motivacional) – lenguaje que no juzgue

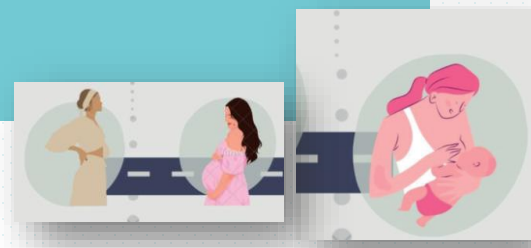
+ Seguimiento intensivo +/- servicio especializado si necesario

Personas con dificultad para abandonar: acompañamiento individual - estrategia de reducción de daños

5. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?

3 PUERPERIO, LACTANCIA MATERNA PERIODO POST-NATAL

Momento crítico en el que puede producirse una recaída en el consumo



1. Realizar **cribado e intervención breve** del consumo alcohol. Herramienta de cribado - test AUDIT C (*ver cómo realizar las actuaciones en documento para población adulta*)* y otras drogas.

* Pendiente de desarrollo

2. Recomendaciones sobre lactancia materna

- El consumo de alcohol durante la lactancia puede producir efectos en el bebé (sedación, retraso psicomotor, menor rendimiento cognitivo, etc.)
- El alcohol se excreta por leche materna y alcanza la misma concentración que en sangre
- Extraer leche no acelera el proceso ni disminuye la concentración
- En contra de las creencias populares el alcohol disminuye la secreción de la leche materna
- En caso de consumir alcohol:
 - Evitar dar el pecho posteriormente a consumir alcohol: al menos 2,5 horas por cada 12 - 15 g de alcohol consumidos.
 - Extraer leche antes del consumo para poder darla si el bebé tiene hambre

3. Recomendaciones sobre el cuidado del bebé

- No se recomienda compartir cama con el bebé (colecto) si se ha consumido alcohol
- Es mejor no consumir alcohol para poder disminuir el riesgo de muerte súbita infantil
- Evitar el consumo para poder prestarle la máxima atención

La opción más segura es no consumir alcohol durante el periodo de lactancia materna

1 unidad =
10 gramos



1 unidad
equivale a
1 UBE

- Se recomienda no consumir tabaco ni productos relacionados
- El cannabis también se excreta por leche materna

Infografía Hogares sin humo:

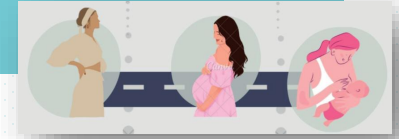
https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/tabaco/ciudadania/docs/infografia_Hogares_sintabaco.pdf

Índice



1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo
3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo
4. Marco de intervención
5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?
6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?
7. Aspectos transversales
8. Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

7 . Aspectos transversales



Bebidas 0,0% y sin alcohol.

- No se recomienda la cerveza “sin” alcohol porque según legislación contiene < 1 por 100 en volumen de alcohol (aprox. 0,6-0,9%).
- Cerveza 0,0%, no está definida en la legislación y se entiende que no debería contener alcohol - podría tener hasta 0,04% (procesos de extracción no son perfectos).

Cocinar sin alcohol

Verificar etiquetado alimentos/productos

Bebidas energéticas: evitar gestantes y periodo lactancia.

Otras drogas: también deben evitarse. El cannabis por ejemplo puede afectar, feto y recién nacido y se excreta en LM.

Índice



1. Prevención del TEAF = prevención del consumo de alcohol
2. Guía Prevención y abordaje de la exposición al alcohol en el embarazo
3. Situación actual de la exposición al alcohol en el embarazo
4. Marco de intervención
5. ¿Cuándo y dónde? ¿Cómo abordar la conversación?
6. ¿Cómo realizar el cribado y la intervención?
7. Aspectos transversales
8. Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

8 . Actuaciones a realizar por las administraciones de salud

- **Impulsar actuaciones más costo efectivas** de OMS (precios, publicidad, disponibilidad) + etiquetado
- Formación y abordaje **multidisciplinar y multisectorial**.
- **Circuitos y protocolos de colaboración**: obstetricia, adicciones, salud mental, servicios sociales, atención primaria, recursos socio-comunitarios, etc.
- Personas en situación de **vulnerabilidad y colectivos de alto riesgo** de exposición al alcohol en el embarazo.
 - Objetivo **ayudar**, no fiscalizar.
 - Considerar **necesidades de cuidado infantil** - mantener gestante junto hijo/a/s
 - Considerar **estrategias de reducción de daños** (si necesario)
- Crear **materiales informativos y lista de recursos**



Coordinar **seguimiento precoz de niño/as si exposición al alcohol**:
intervención temprana y apoyo



<https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/alcohol/home.htm>