



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD



ESTRATEGIA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y PREVENCIÓN EN EL SNS

Relevancia de la prevención de la exposición al alcohol en el embarazo

Dra. Gómez Roig



PREGUNTAS

www.slido.com



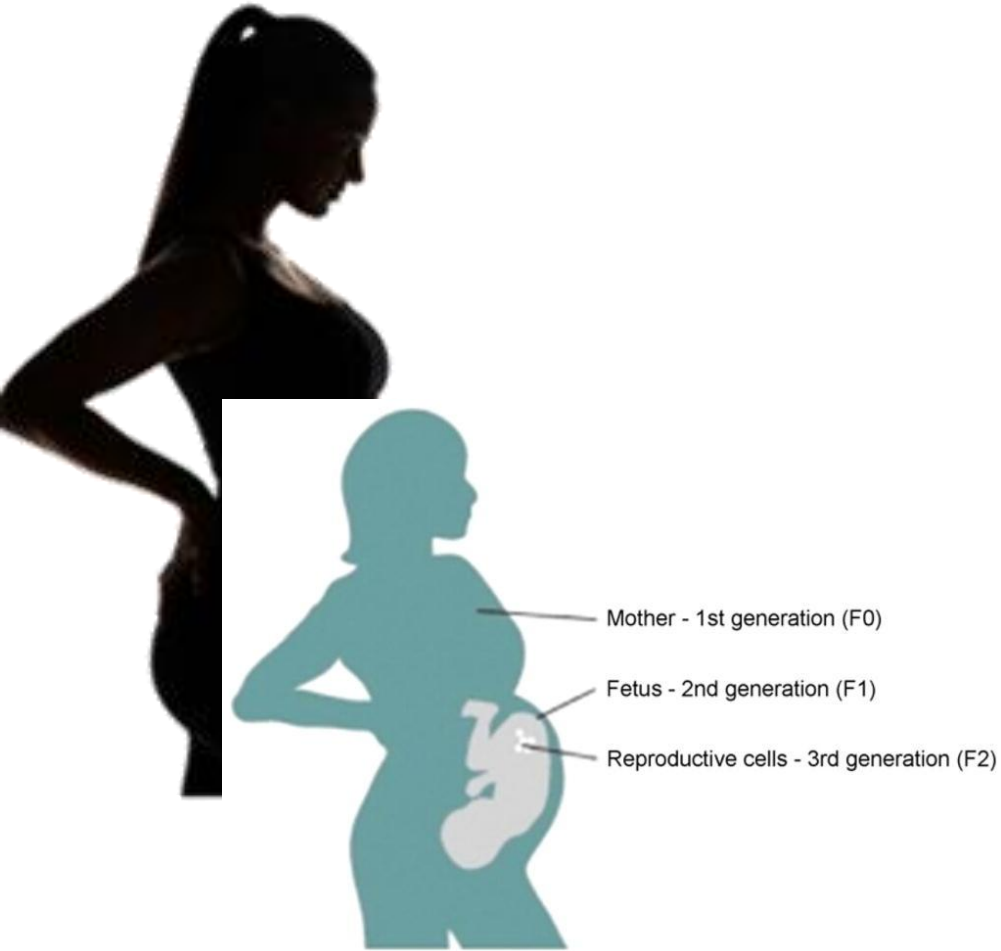
#5711298

<https://app.sli.do/event/166FYyArEdbw7QNrMRTiRk>



El consumo de alcohol durante el embarazo sigue siendo un problema de **salud pública** de primera magnitud.

- Daño completamente **prevenible y sin dosis segura**



El consumo de alcohol durante el embarazo sigue siendo un problema de **salud pública** de primera magnitud.

- Daño completamente **prevenible y sin dosis segura**
- La exposición prenatal al alcohol causa **daños** físicos, cognitivos, conductuales y sociales, a menudo **permanentes y multigeneracionales**.



El consumo de alcohol durante el embarazo sigue siendo un problema de **salud pública** de primera magnitud.

- Daño completamente **prevenible y sin dosis segura**
- La exposición prenatal al alcohol causa **daños** físicos, cognitivos, conductuales y sociales, a menudo **permanentes y multigeneracionales**.
- No existe una cantidad segura de alcohol ni un periodo seguro en la gestación: la única recomendación basada en la evidencia es **abstinencia total durante todo el embarazo**.

El estilo de vida en el embarazo desempeña un **papel crucial en el desarrollo del feto.**



El estilo de vida en el embarazo desempeña un **papel crucial en el desarrollo del feto**.



Factores ambientales

Uso de sustancias

Nutrición

Actividades físicas

El estilo de vida en el embarazo desempeña un **papel crucial en el desarrollo del feto**.



Factores ambientales

Uso de sustancias

Nutrición

Actividades físicas

Un **estilo de vida saludable** durante el embarazo **favorece el desarrollo óptimo del feto**, reduciendo el riesgo de complicaciones y problemas de salud a largo plazo para el niño.

Las **malas elecciones de estilo de vida** pueden provocar problemas de **desarrollo: físicos, cognitivos, y resultados adversos obstétricos y perinatales**.

Estilo de vida y embarazo

Factores ambientales

TOXIC CHEMICALS & PREGNANCY

10 WAYS TO AVOID TOXICS DURING AND AFTER PREGNANCY

- 1** Avoid eating, drinking or storing food in plastic
- 2** Don't microwave in plastic
- 3** Cook with cast iron or stainless steel rather than non-stick pans
- 4** Avoid eating fish high in mercury or PCBs like shark and swordfish
- 5** Eat fresh, organic foods whenever possible
- 6** Limit cosmetics use
- 7** Avoid dry cleaning or stain treating clothes
- 8** Use a wet mop when cleaning
- 9** Avoid consumer products with flame retardants
- 10** Remove shoes before entering your home

WHAT HEALTH PROFESSIONALS AND POLICYMAKERS CAN DO

- Advocate for policies to prevent exposure to toxic environmental chemicals
- Work to ensure a healthy food system for all
- Make environmental health part of health care
- Champion environmental justice

For more information **FIGO.ORG**

FIGO International Federation of Gynecology and Obstetrics
HEAL Environmental Health Alliance
UCSF Program on Reproductive Health and the Environment

Uso de sustancias



Estilo de vida y embarazo



Factores ambientales

Fetal Diagnosis
and Therapy

Review Article

Fetal Diagn Ther 2021;48:245–257
DOI: 10.1159/000514884

Received: May 5, 2020
Accepted: January 31, 2021
Published online: March 18, 2021

Environmental Exposure during Pregnancy: Influence on Prenatal Development and Early Life: A Comprehensive Review

M. Dolores Gómez-Roig^{a,b} Rosalia Pascal^{a,b} Marc Josep Cahuana^{a,b} Oscar García-Algar^{a,c}
Giorgia Sebastiani^{a,c} Vicente Andreu-Fernández^{d,e} Leopoldo Martínez^f Gerardo Rodríguez^g
Iris Iglesia^h Olimpia Ortiz-Arrabal^h María Dolores Mesa^{h,i} María Jesús Cabero^j Lorenzo Guerra^j
Elisa Llurba^{k,l,m} Carla Domínguez^{k,l,m} María Julia Zanini^{k,l,m} María Foraster^{n,o,p,q}
Elvira Larqué^r Fernando Cabañas^{s,t} Manuela Lopez-Azorín^s Aitziber Pérez^u Begoña Loureiro^u
Carmen Rosa Pallás-Alonso^v Diana Escuder-Vieco^v Máximo Vento^w

TABACO Y ALCOHOL

Abuso de sustancias



nutrients



Review

The Effects of Alcohol and Drugs of Abuse on Maternal Nutritional Profile during Pregnancy

Giorgia Sebastiani^{1,*} , Cristina Borrás-Novell¹, Miguel Alsina Casanova¹,
Mireia Pascual Tutusaus¹, Silvia Ferrero Martínez², María Dolores Gómez Roig² and
Oscar García-Algar¹



ELSEVIER

Contents lists available at ScienceDirect

Journal of Pharmaceutical and Biomedical Analysis

journal homepage: www.elsevier.com/locate/jpba



Ultra-high-pressure liquid chromatography tandem mass
spectrometry determination of antidepressant and anxiolytic drugs in
neonatal meconium and maternal hair

Simona Pichini^{a,*}, Laura Cortes^{b,c,d}, Emilia Marchei^a, Renata Solimini^a, Roberta Pacifici^a,
M^a Dolores Gomez-Roig^{b,c,d}, Oscar García-Algar^{c,e}



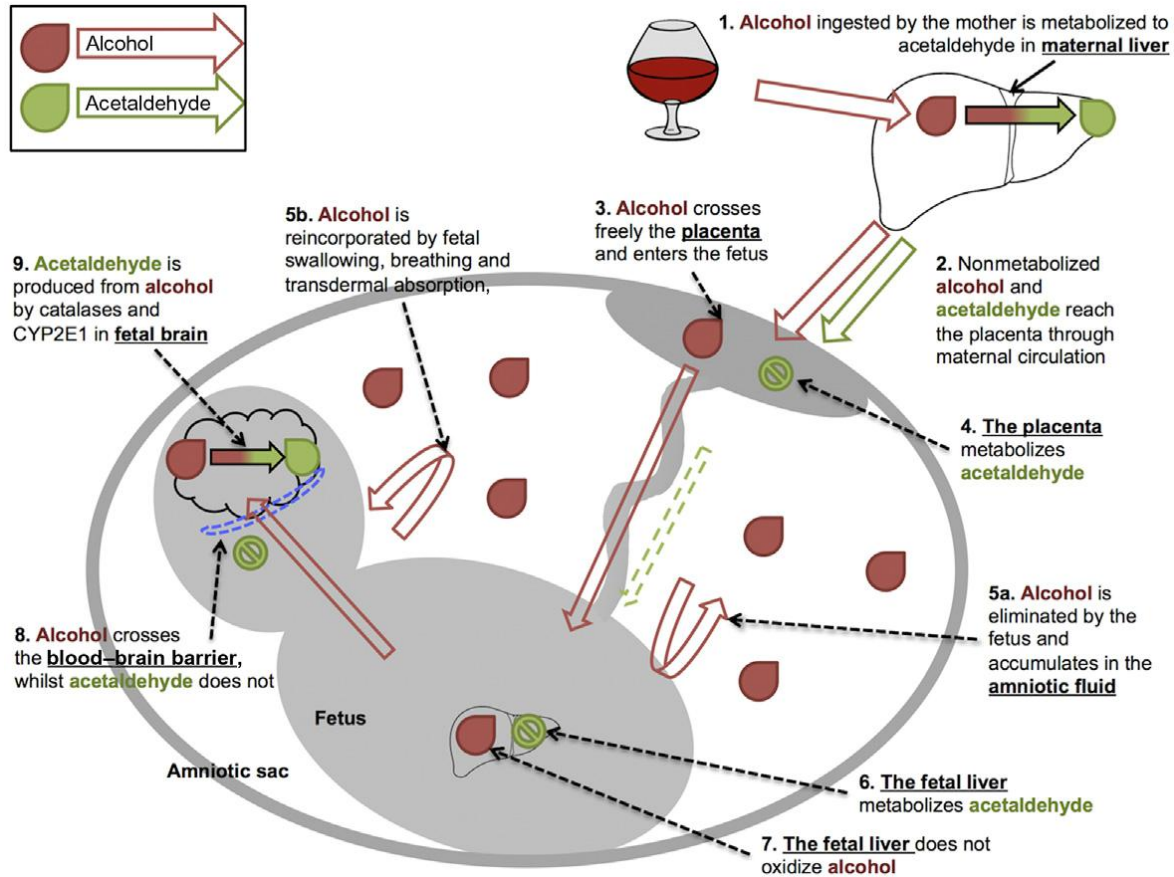
El alcohol es la sustancia psicoactiva más consumida en España.

- 59,7% de las **mujeres** de 25-34 años han consumido alcohol en los últimos 30 días.
- Durante el **embarazo**:
 - Un 1,6% de las mujeres encuestadas reconocen haber consumido alcohol alguna vez (infraestimado).
- **Adolescentes** (14-18 años): Mayor prevalencia de consumo de alcohol en mujeres que en hombres desde 1996, con una diferencia de 4,5 puntos en 2023 (78,1% mujeres vs. 73,7% hombres).



El consumo de alcohol durante la **edad fértil y el embarazo** sigue siendo un reto de salud pública, especialmente por su **subregistro y la baja percepción de riesgo**.

Consumo de alcohol durante el embarazo

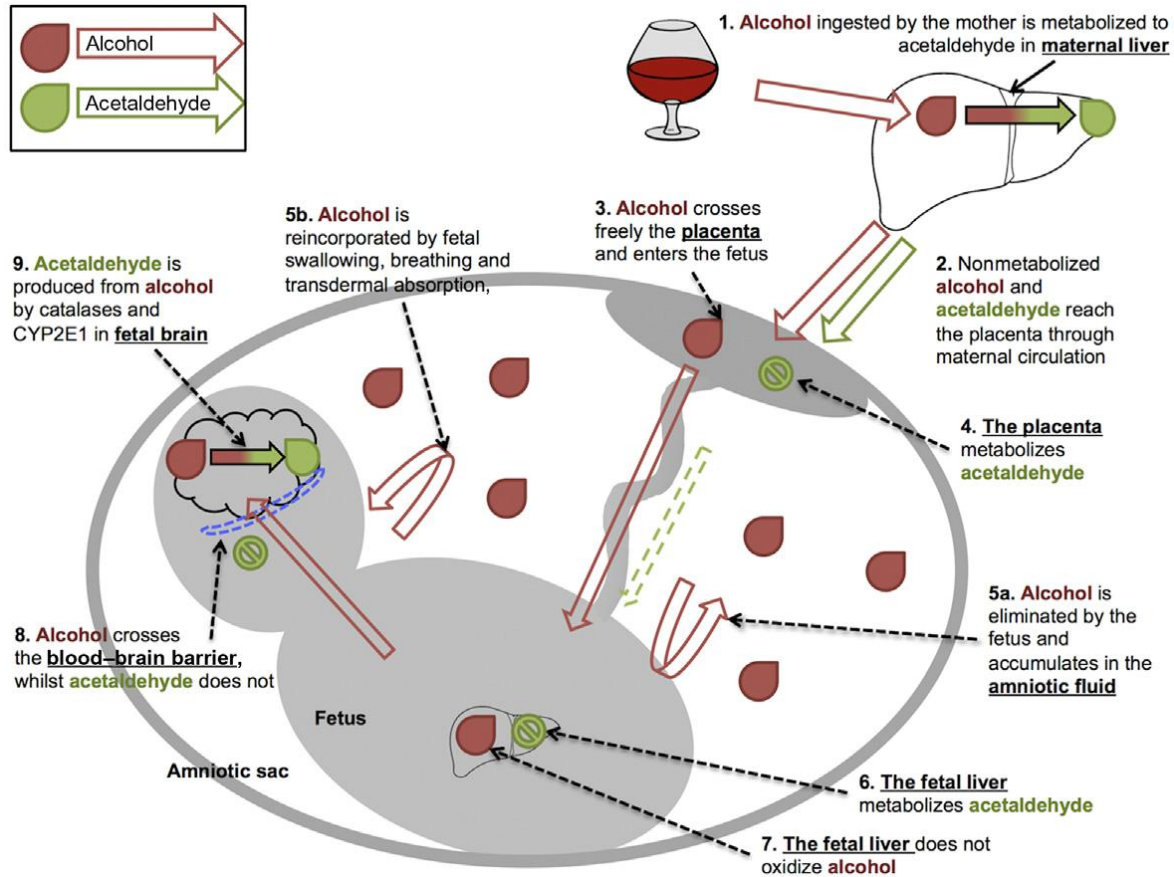


La cantidad de alcohol que llega al feto depende de:

1. El volumen de alcohol consumido
2. Factores genéticos o epigenéticos
3. El paso transplacentario

Chotro, 2019
Behnke, Pediatrics, 2013

Consumo de alcohol durante el embarazo



La cantidad de alcohol que llega al feto depende de:

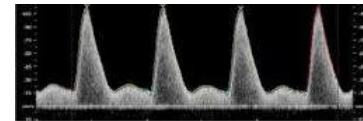
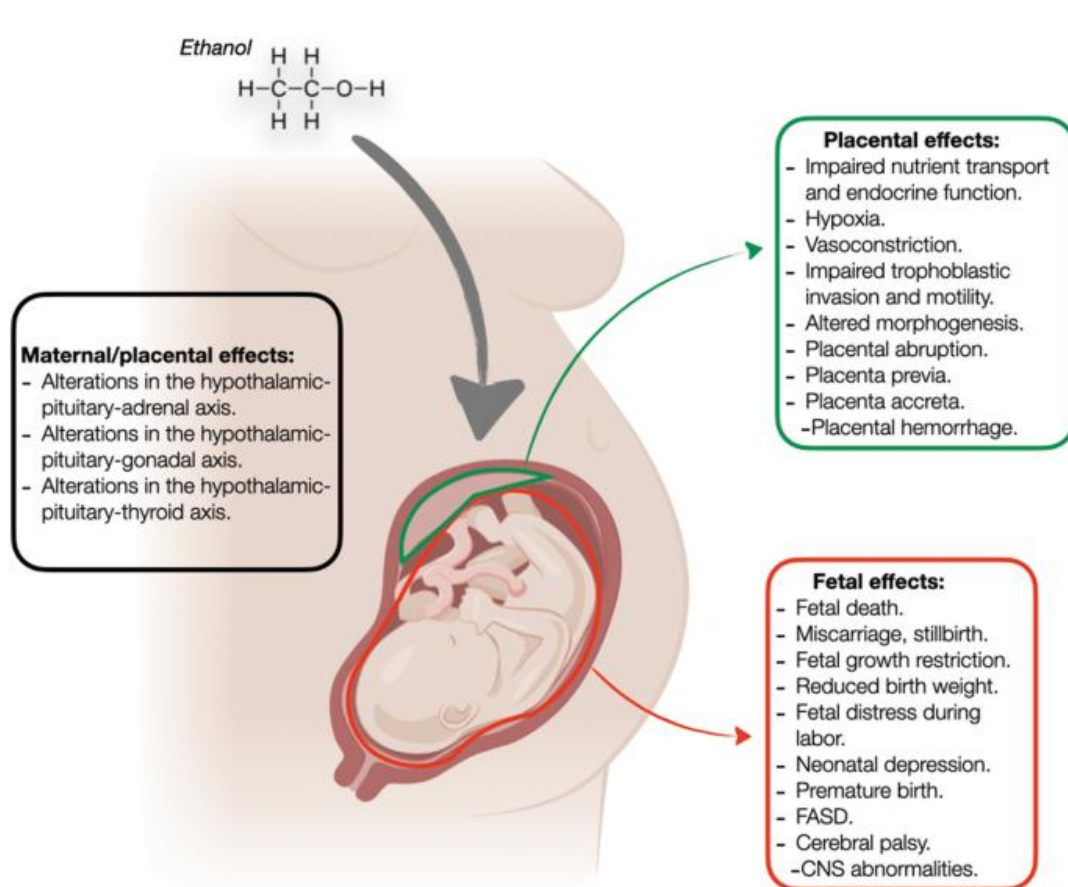
1. El volumen de alcohol consumido
2. Factores genéticos o epigenéticos
3. El paso transplacentario

Chotro, 2019
Behnke, Pediatrics, 2013

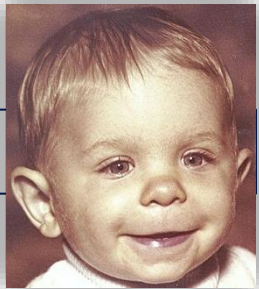


No existe un nivel seguro de consumo durante el embarazo, o periodo de consumo, por lo que se debe evitar el consumo de alcohol.

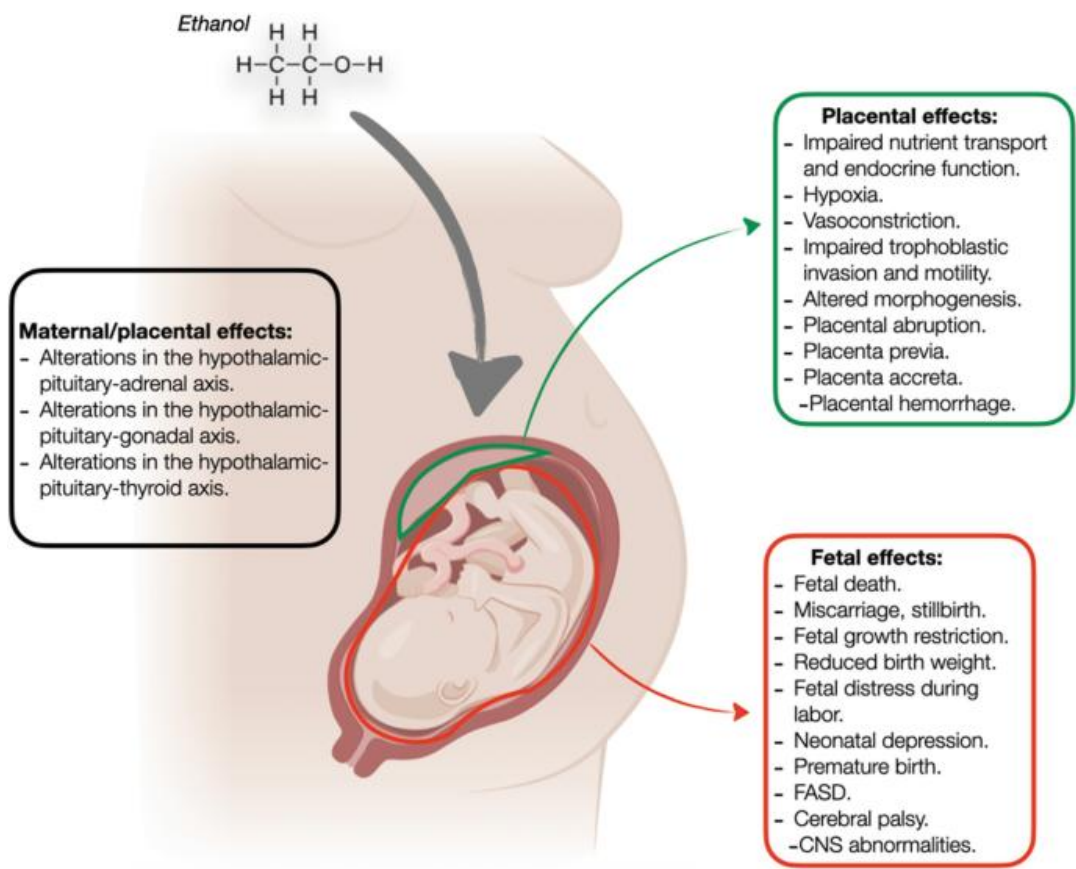
Asociado a **efectos adversos perinatales**, así como a problemas del **desarrollo neurológico**.



Asociado a **efectos adversos perinatales**, así como a problemas del **desarrollo neurológico**.



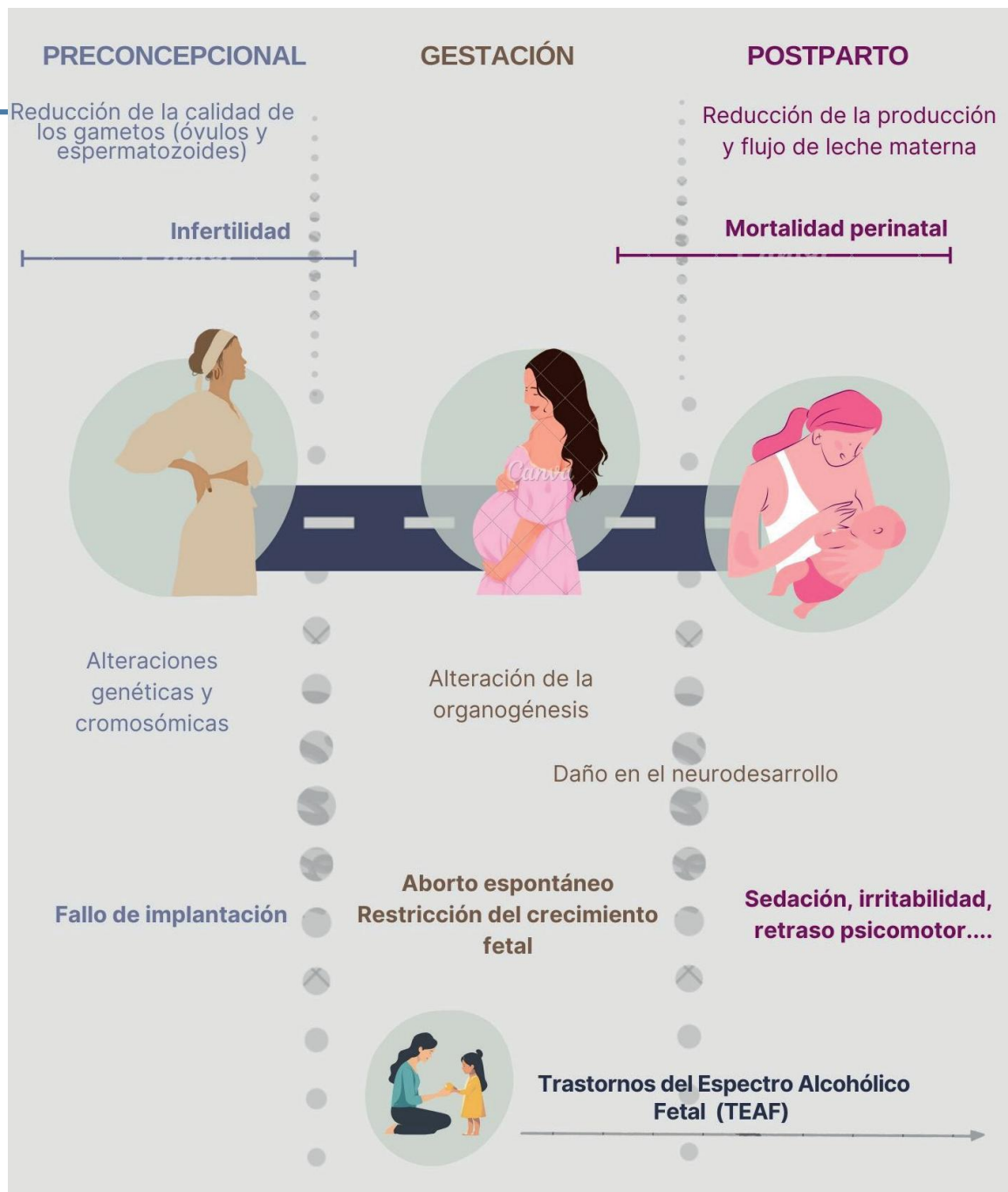
TRASTORNOS DEL ESPECTRO ALCOHOLICO FETAL



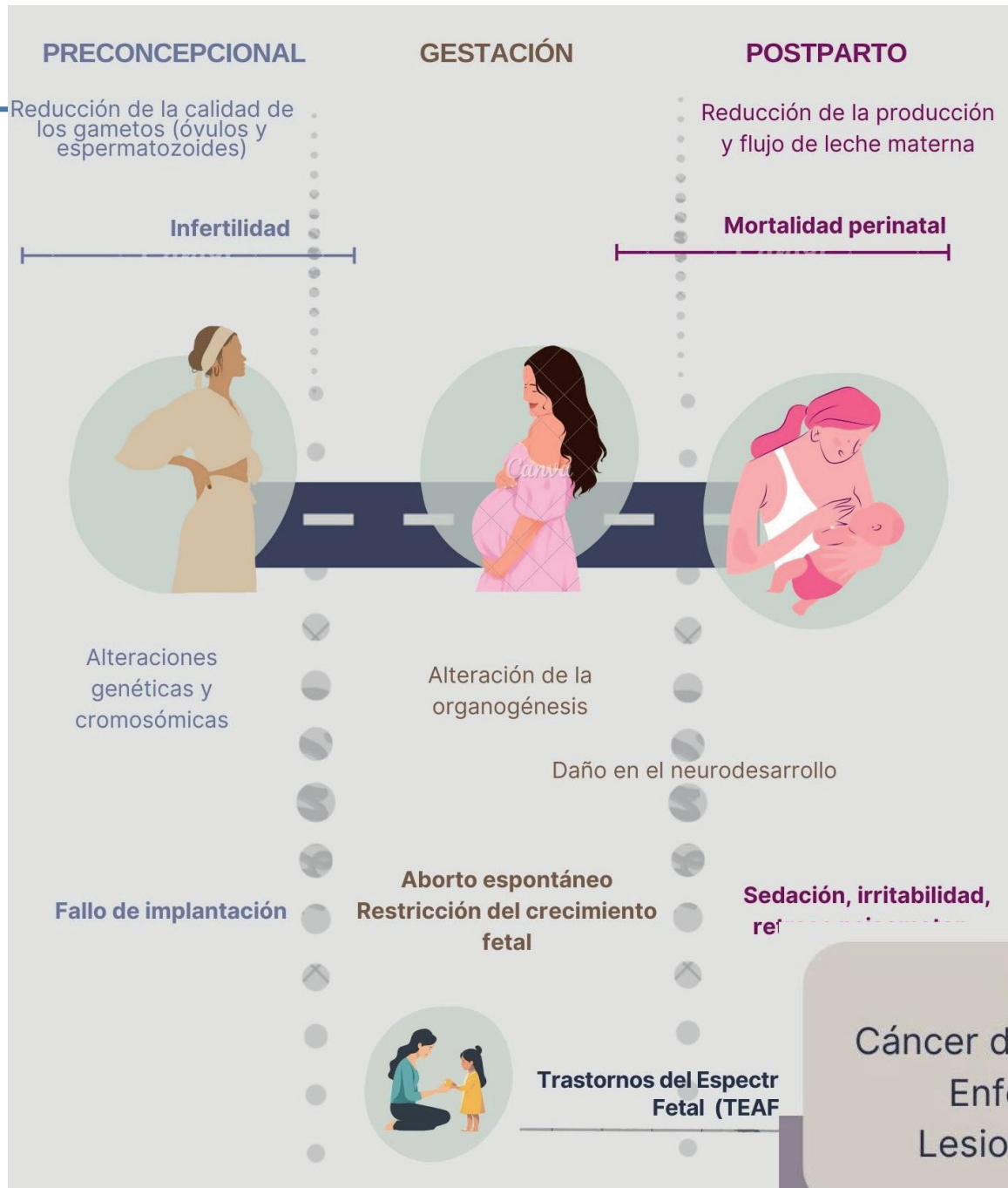
INFANTIL	ESCOLAR	ADOLESCENCIA
Prematuridad	Trastornos sensoriales	Abuso de sustancias
Síndrome de muerte súbita infantil	TDAH	Ingreso en centros penitenciarios
Malformaciones congénitas	Discapacidad intelectual	Trastornos de salud mental
Trastornos del SNC	Déficits del lenguaje	Convulsiones
Microcefalia	Discapacidad motora	Aumento de la gravedad de los trastornos conductuales
Institucionalización	Dificultades de aprendizaje	
Abandono y maltrato	Convulsiones	
Parálisis cerebral infantil		

Sans-Fitó et al., 2019
Streissguth, Science, 1980
Popova, Nutrients, 2021
Ross, Neuropsychopharmacology, 2015
Zeng, J Neurodev Disord, 2024

Influencia del alcohol durante el embarazo



Influencia del alcohol durante el embarazo



RIESGOS DURANTE EL TRANCURSO DE LA VIDA

Cáncer de mama, colon, cavidad oral, faringe, laringe, esófago, hígado
Enfermedades infecciosas, cardiovasculares o respiratorias
Lesiones no intencionales (accidentes), autolesiones y violencia



- Prevalencia global del consumo de alcohol durante la gestación: 30 %.
 - Población española con RCF: el 64,7 % de las mujeres ha consumido alcohol durante el embarazo (Gómez-Roig et al., 2018)
- **Aumento prevalencia del TEAF mundial del 1 al 2-5 %.**
- OMS: Primera causa **evitable** de discapacidad intelectual en Occidente.

OBJETIVO 1: Reducir el consumo de alcohol durante el embarazo



- Prevalencia global del consumo de alcohol durante la gestación: 30 %.
 - Población española con RCF: el 64,7 % de las mujeres ha consumido alcohol durante el embarazo (Gómez-Roig et al., 2018)

Autoinforme:

2,6

Etilglucurónido (EtG):

62,7 % consumo moderado

2 % consumo excesivo

OBJETIVO 2: Obtener mejores «medidas» del consumo de alcohol

- **Abstinencia:** <5-7pg/mg Etg
- **Consumo ocasional, moderado:** 7-30pg/mg: **1 UBE** (10gr)
- **Consumo excesivo o crónico:** >30pg/mg: 3-4UBE (30gr) / **>2UBE** embarazadas

- El consumo no es solo una decisión individual.
- Existen **determinantes sociales, culturales y comerciales** que favorecen la normalización del alcohol, dificultan informar y erradicar el consumo, e incluso ejercen presión social directa o indirecta sobre la gestante.
- La prevención debe involucrar, por tanto, no solo a la persona embarazada sino a su pareja y su entorno, fomentando **ambientes libres de alcohol**.

El daño por exposición al alcohol en embarazo es mayor entre mujeres en situación de **vulnerabilidad social**, por lo que la prevención es también una cuestión de **justicia social y equidad en salud**.



- El documento **recomienda el cribado universal** en todas las gestantes y personas en edad fértil, usando cuestionarios como AUDIT-C o ASSIST, tanto en etapas preconcepcionales, como en la gestación y el posparto.
- Si se detecta consumo, se debe realizar una **intervención breve individualizada**, empática y no culpabilizadora, apostando por la entrevista motivacional y evitando la estigmatización.
- **Alineados con la OMS:**
 - Priorizar la prevención y el acceso universal a servicios.
 - Respetar la autonomía de la persona.
 - Ofrecer atención integral y empática.
 - Proteger contra la discriminación y el estigma.



El profesional debe:

- Preguntar siempre, desde la confianza, con actitud abierta y sin juicio.
- Facilitar información y acompañar en la toma de decisiones.
- Intervenir precoz y universalmente, pues la mayoría de gestantes dejan de consumir al recibir consejo profesional.
- El **embarazo es una oportunidad única para la prevención y el cambio.**
- La clave del éxito es identificar precozmente, informar adecuadamente y acompañar sin culpabilizar.



Cada embarazo sin alcohol es una victoria colectiva para la salud pública y la equidad social



- El consumo de alcohol en el embarazo es **prevenible** y causa **daños irreversibles** en el **feto, en la persona gestante y futuras generaciones**.
- **No existe una cantidad segura** ni un momento seguro para consumir alcohol durante el embarazo.
- La **prevención, el cribado temprano** y el abordaje empático son clave: cualquier abandono del consumo aporta beneficios.
- Es fundamental la implicación de profesionales sanitarios, entorno familiar y comunidad para crear ambientes libres de alcohol.
- La prevención es una cuestión de **equidad y salud pública**: cada embarazo sin alcohol es una oportunidad para proteger el futuro.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD



ESTRATEGIA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y PREVENCIÓN EN EL SNS

Relevancia de la prevención de la exposición al alcohol en el embarazo

Dra. Gómez Roig

GRACIAS

