

Preocupaciones en las primeras etapas del embarazo: Qué esperar y qué sucede a continuación



Esta información está dirigida a cualquier persona que tenga síntomas o inquietudes en las primeras etapas del embarazo, como dolor, sangrado o incertidumbre. El período inicial del embarazo (durante las primeras 13 semanas) puede ser estresante e impredecible, especialmente cuando los síntomas cambian o no hay respuestas claras de inmediato. Este recurso explica dónde acudir para recibir atención, cuándo buscar ayuda y cómo suele ser el seguimiento en Ontario.



Cuándo buscar atención médica de inmediato

Llame al 911 o acuda al servicio de emergencias si presenta:

- ✓ Sangrado vaginal abundante (como empapar más de una toalla higiénica por hora o expulsar coágulos grandes)
- ✓ Dolor abdominal o pélvico intenso (agudo, persistente, de un solo lado o que empeora)
- ✓ Desmayo o sensación de desvanecimiento, especialmente si es repentino, recurrente o está acompañado de sangrado o dolor
- ✓ Dolor en la parte superior del hombro
- ✓ Mareos intensos o latidos cardíacos acelerados
- ✓ Fiebre superior a 38 °C (100,4 °F) o escalofríos, especialmente si se acompañan de dolor abdominal o sangrado
- ✓ Vómitos intensos o incapacidad para retener líquidos
- ✓ Signos de shock (piel fría y sudorosa, confusión o respiración superficial)
- ✓ Antecedentes de embarazo ectópico o tratamientos de fertilidad, si presenta dolor o sangrado reciente

Consejo útil:

- Si no sabe dónde se encuentra el servicio de emergencias más cercano, visite [Find a service – Health811](#)
- Lleve su tarjeta de salud (OHIP), si la tiene, y cualquier resultado de estudios recientes disponible.



Cuándo buscar atención médica el mismo día o al día siguiente

Comuníquese con un profesional de la salud si presenta:

- ✓ Cólicos o molestias abdominales leves a moderados que no empeoran
- ✓ Sangrado leve, especialmente después de una relación sexual o un examen pélvico
- ✓ Náuseas y vómitos leves a moderados, sin signos de deshidratación (por ejemplo, sed extrema, boca muy seca, mareos o incapacidad para retener líquidos)
- ✓ Prueba de embarazo positiva y dudas sobre sus síntomas
- ✓ Flujo vaginal con olor desagradable o fétido. Esto puede indicar una infección y debe ser evaluado.
- ✓ Le preocupa que algo pueda estar mal

Puede comunicarse con:

- Su médico de familia o personal de enfermería especializado
- Su partera o su ginecólogo/obstetra
- Una clínica sin turno previo (walk-in clinic), un centro de atención de urgencias o [Health811](#)
- El servicio de emergencias, si las opciones anteriores no están disponibles o no son accesibles para usted

Consejo útil:

Si necesita atención más especializada (por dolor, sangrado o resultados poco claros), consulte por una **Clínica de Evaluación Temprana del Embarazo (EPAC)**.

Estas clínicas brindan estudios coordinados y seguimiento, y están disponibles en algunas ciudades de la provincia.

- Su médico, partera o el servicio de emergencias pueden derivarla.
- Algunas clínicas permiten la autoderivación: busque "Early Pregnancy Assessment Clinic Ontario" en línea o llame a su hospital local.
- Lleve su tarjeta de salud (OHIP), si la tiene, y cualquier resultado de estudios recientes disponible.



Qué ocurrirá durante su consulta

Su equipo de atención puede:

- Preguntarle sobre las fechas de su embarazo y sus síntomas
- Realizar un examen físico si es necesario
- Solicitar análisis de sangre (hormona del embarazo: β -hCG)
- Indicar una ecografía para evaluar el embarazo

Puede ser necesario realizar más de un análisis de sangre o ecografía para obtener un diagnóstico claro. Esto es muy frecuente en las primeras etapas del embarazo.

Consejo útil:

Consulte si su clínica ofrece ecografías en el propio centro o si debe solicitar turno por separado.



Qué sucede a continuación

En las primeras etapas del embarazo, a menudo se necesita tiempo para comprender qué está ocurriendo. Una sola consulta o estudio no siempre es suficiente.

Su equipo de atención puede recomendar:

- Repetir análisis de sangre durante varios días
- Realizar una ecografía de control después de un tiempo
- Controlar sus síntomas de forma continua
- Continuar el seguimiento con su médico, partera, una clínica EPAC o un ginecólogo/obstetra



Términos que puede escuchar durante la atención en las primeras etapas del embarazo

Su equipo de salud puede utilizar ciertos términos médicos al hablar sobre los resultados de análisis de sangre o ecografías. Estos términos se utilizan para orientar su atención y seguimiento. No siempre implican un diagnóstico definitivo (una identificación precisa de lo que está ocurriendo).

→ Embarazo ectópico

Significa que el embarazo se está desarrollando fuera del útero, generalmente en una trompa de Falopio. Es poco frecuente, pero grave, y requiere atención médica urgente.

Consejo útil: Si escucha este término o presenta síntomas como dolor que empeora, mareos o dolor en el hombro, acuda de inmediato al servicio de emergencias. Lleve su tarjeta de salud (OHIP), si la tiene, y cualquier resultado de estudios recientes disponible.

→ Pérdida del embarazo (aborto espontáneo)

Esto significa que el embarazo ha dejado de desarrollarse, generalmente durante el primer trimestre. Si esto ocurre, su profesional de la salud conversará con usted sobre los próximos pasos y le ofrecerá apoyo.

Consejo útil: Consulte dónde se realizará el seguimiento (médico de familia, clínica EPAC u hospital). Si necesita apoyo emocional, solicite una derivación a [Pregnancy and Infant Loss \(PAIL\)](#) o a servicios de ayuda locales.

→ Embarazo de localización desconocida (PUL)

Esto significa que la prueba de embarazo es positiva, pero aún no se visualiza el embarazo en la ecografía. Puede ocurrir en etapas muy tempranas (< 6 semanas) y generalmente requiere estudios de seguimiento.

Consejo útil: Pregunte a su profesional de la salud si debe regresar a la misma clínica o a una clínica EPAC para el seguimiento.

→ Viabilidad incierta

Esto significa que el embarazo está en el útero (ubicación correcta), pero es demasiado temprano para saber si se está desarrollando con normalidad.

Consejo útil: Es probable que su equipo de atención programe otra ecografía en 7 a 14 días. Confirme si se realizará en la misma clínica o en un servicio de diagnóstico por imágenes del hospital.



Apoyos que pueden resultar útiles

La siguiente información puede resultarle útil.

- **Apoyos para pueblos indígenas**
Si pertenece a las Primeras Naciones, inuit o métis, consulte por navegadores de pacientes indígenas o apoyos liderados por comunidades indígenas en su hospital, clínica o comunidad. Pueden ayudar a coordinar la atención y brindar acompañamiento cultural.
- **Sin cobertura del Ontario Health Insurance Plan (OHIP)**
Puede y debe buscar atención si la necesita. Consulte en la clínica sobre opciones y costos, o comuníquese con Health811 (marcando 811 o visitando health811.ontario.ca) para recibir orientación sobre dónde acudir.
- **Idioma y accesibilidad**
Puede solicitar un intérprete, apoyos de accesibilidad y/o acudir con una persona de apoyo. Consulte sobre estas opciones al solicitar turno o al registrarse.
- **Si siente que algo no está bien**
Está bien volver a consultar o hacer preguntas sobre su plan de atención. Si los síntomas empeoran, acuda al servicio de emergencias.
- **Apoyo ante preocupaciones o pérdida del embarazo**
Solicite a su profesional de la salud una derivación a Pregnancy and Infant Loss (PAIL) Network, o [complete un formulario de solicitud de apoyo](#). Visite [Pregnancy and Infant Loss \(PAIL\) Network](#) o [PregnancyED](#) para obtener más información.
- **Salud mental y seguridad**
Si se siente en riesgo o necesita ayuda emocional:
 - **Línea de ayuda para la salud mental (Ontario):** 1-866-531-2600 (disponible las 24 horas, los 7 días de la semana) o visite connexontario.ca.
 - **9-8-8 Línea de ayuda para prevención del suicidio:** llame o envíe un mensaje de texto al 9-8-8
 - **Hope for Wellness Helpline:** 1-855-242-3310 (disponible las 24 horas, los 7 días de la semana) o visite hopeforwellness.ca - Apoyo para personas de las Primeras Naciones, inuit y métis

Este recurso está disponible en otros idiomas. Escanee el código QR para acceder a ellos.



Este recurso es solo para fines generales y no sustituye al asesoramiento, diagnóstico ni tratamiento médico.