



¡Evidencia que Fortalece!

Escrito por Rebecca Dekker, PhD, RN

Pregunta: ¿Qué tan común es el embarazo a los 35 años o más?

Respuesta: En las últimas cuatro décadas, ha habido un aumento dramático en el número de personas que dan a luz a los 35 años o más. Ahora, alrededor del 20% del total de nacimientos y el 10% de los primeros nacimientos en países de ingresos altos son para personas de 35 años o más.

La *edad materna avanzada* (AMA) generalmente se define como tener 35 años o más en el momento de dar a luz. Es importante entender, sin embargo, que las preocupaciones relacionadas con la edad aumentan gradualmente, no todas a la vez a los 35 años.

Pregunta: ¿Cuáles son las posibilidades de quedar embarazada a los 35 años o más?

Respuesta: A medida que una persona envejece, la fertilidad, la probabilidad de quede embarazada o pueda embarazar a su pareja, se reduce. En el caso de los portadores de huevos, esta disminución comienza lentamente a principios de los años treinta y se acelera a finales de los años treinta y cuarenta. Los portadores de espermatozoides también experimentan una disminución de la fertilidad con la edad. Según la Sociedad Americana de Medicina Reproductiva, los “mejores años reproductivos” están en los años veinte. A la edad de 30 años, un portador de óvulos sano y fértil tiene un 20% de probabilidades de quedar embarazada cada mes de tratar de concebir. A los 40 años, alguien tiene aproximadamente un 5% de probabilidades de quedar embarazada cada mes.

Una consecuencia del retraso en la maternidad es un aumento en el uso de la *tecnología de reproducción asistida* (ART), que implica el manejo de óvulos, espermatozoides o embriones con el fin de establecer un embarazo. Los embarazos con el uso de ART tienden a ser entre parejas blancas, ricas y heterosexuales. Mientras tanto, personas negras, indígenas de color (BIPOC), aquellos con medios financieros limitados, y las personas LGBTQ+ se enfrentan a más barreras tratando de construir familias con ART.

Pregunta: ¿Cuáles son los riesgos de estar embarazada a una edad avanzada?

Respuesta: Ciertas condiciones genéticas son más comunes en los embarazos de personas mayores. Por ejemplo, la tasa de tener un bebé con síndrome de Down aumenta con la edad de la persona embarazada.

La tasa de aborto espontáneo (pérdida del embarazo antes de las 20 semanas) es elevada entre los adolescentes, baja entre las personas de 20 a 34 años, y luego aumenta de nuevo, especialmente para las personas de cuarenta años.

Existe un mayor riesgo de mortinato en personas de 35 años o más, pero ese riesgo ha bajado en las últimas décadas, y también es menor entre las personas que están sanas y/o han dado a luz antes. Un gran estudio de 2020 de los Países Bajos excluyó a las personas con embarazos complicados por anomalías congénitas, trastornos hipertensivo o diabetes. Después de 37 semanas de embarazo, las personas de 18 a 34 años tenían una tasa de mortinato de 1,7 por cada 1.000, las personas de entre 35 y 39 años tenían una tasa de mortinato de 2.2 por cada 1.000, y las personas mayores de 40 años tenían una tasa de mortinato de 3,0 por cada 1.000.

Un gran estudio de 2017 del estado de Washington encontró que la tasa de muerte materna o complicaciones graves (como hemorragia con transfusión, sepsis, complicaciones de anestesia e ingreso en la UCI) aumentó con la edad materna. La tasa rondaba el 14 por 1.000 a 25-34; 18 por 1.000 a 35-39; 23 por 1.000 a 40-44; y 36 por cada 1.000 a los 45 años o más.

Las tasas de cesáreas suben a un ritmo constante con la edad. Las tasas de cesáreas en Estados Unidos son del 30,0% (de 25 a 29 años), del 33,9% (de 30 a 34 años), del 40,1% (de 35 a 39 años) y del 48,0% (de 40 a 54 años). El aumento de las tasas de cesáreas con la edad avanzada es consistente en la investigación, y el patrón es el mismo si el trabajo de parto es inducido o espontáneo. No está claro qué porcentaje de cesáreas entre las personas de 35 años o más ocurren debido a un *riesgo real para la salud o la percepción del riesgo*.

Las investigaciones sugieren que la cesárea electiva planificada aumenta significativamente el riesgo de complicaciones graves en personas embarazadas sanas de 35 años o más en comparación con el parto vaginal planificado.

Pregunta: ¿Cuál es la evidencia para inducir electivamente el trabajo de parto en personas mayores de 35 años?

Respuesta: El único ensayo aleatorizado sobre inducción a las 39 semanas en comparación con el manejo expectante en personas embarazadas de 35 años o más encontró que las dos opciones tenían resultados similares en términos de tasas de cesárea. Había cero mortinatos en este estudio y era demasiado pequeño para medir ese riesgo. Una gran meta-análisis que incluyó el “Ensayo 35/39” también encontró que la inducción a las 39 semanas no tenía ningún efecto sobre las tasas de cesárea.

Un gran estudio retrospectivo de Inglaterra encontró que la inducción a las 40 semanas estaba relacionada con un menor riesgo de muerte perinatal en el hospital (0,08% frente a 0,26%) en comparación con el manejo expectante entre las personas que dan a luz por primera vez a los 35 años o más. El riesgo absoluto de muerte perinatal seguía siendo bajo; se necesitarían alrededor de 562 inducciones a las 40 semanas para prevenir 1 muerte perinatal.





Pregunta: ¿Cuál es el resultado final?

Respuesta: Para las personas que están tratando de decidir si deben retrasar el embarazo o no, es posible que quieran considerar la disminución de la fertilidad y el aumento de las tasas de aborto espontáneo con la edad, así como el mayor riesgo de problemas durante el embarazo y el parto. Sin embargo, la buena noticia es que la mayoría de las personas mayores de 35 años que llegan a término tendrán un bebé sano.

Todavía hay muy poca evidencia sobre cómo las pruebas fetales afectan la inducción y las tasas de cesárea. Las tasas de intervención de este grupo pueden reducirse aún más mediante el uso de un modelo de atención dirigido por partería, ya que un gran estudio en Inglaterra mostró excelentes resultados y menos intervenciones para personas mayores de 35 años y que planean un parto con el modelo de atención dirigido por partería.

Descargo de responsabilidad y derechos del autor:

Esta información no sustituye a una relación de proveedor de cuidado-paciente y no se debe confiar en ella como un consejo médico personal. No se debe actuar sobre ninguna información sin la aportación profesional de su propio proveedor de atención médica. © 2021. Todos los derechos reservados. Evidence Based Birth[®] es una marca registrada. Se concede permiso para reproducir este folleto impreso con el crédito completo otorgado al autor. Los folletos se pueden distribuir libremente en forma impresa pero no vendidos. Este PDF no puede publicarse en línea.

“Retrasar el embarazo es más común hoy en día y la tendencia está subiendo.”

