



El triple screening no me

Esta prueba detecta si el riesgo de que el feto tenga anomalías cromosómicas es alto o bajo. Cuando es alto, la embarazada se puede hacer otras pruebas más precisas que no dejan lugar a dudas.

salió bien

Los ginecólogos realizan el *screening* (en español, cribado) combinado a todas las futuras mamás entre las semanas 10^a y 13^a. Esta prueba consiste en evaluar conjuntamente los resultados de un análisis de sangre de la madre, una ecografía del feto y la edad y otras condiciones de la embarazada para determinar qué probabilidades hay de que el futuro bebé sufra ciertas malformaciones congénitas. Es muy útil para detectar embarazos de riesgo, pero arroja un 5% de falsos positivos. Esto supone que de cien embarazadas con un feto cromosómicamente normal, a cinco el resultado les sale alterado, pero en realidad el futuro bebé está perfecto.

Un jarro de agua fría

Cuando los resultados del *screening* combinado (también conocido como triple *screening*) arrojan una probabilidad mayor de 1/250–1/300 de que el feto tenga una malformación cromosómica, el médico advierte a la embarazada de que, si lo desea, puede hacerse una prueba, como la amniocentesis o la biopsia de corion, cuyos resultados no dejarán lugar a dudas.

Pero hasta que los resultados de esta prueba diagnóstica llegan, la futura mamá pasa unos días terribles. «Estás de los nervios, no paras de darle vueltas a la cabeza, te sientes sola con tus miedos», dice esta madre. «Yo sacaba fuerzas leyendo en los foros de internet casos de otras mamás similares al mío, me animaba comprobar que la inmensa mayoría de los niños nacen sin problemas». Como así fue en su caso. «Nunca me sentí más aliviada como cuando me dijeron que Álvaro estaba perfecto. Mis temores habían sido infundados. Había una posibilidad, sí, pero pequeña, y afortunadamente no le tocó a mi hijo. Creo que esa es la tónica general», dice esta madre.

Test de detección de ADN fetal

En la actualidad, en algunos hospitales públicos y en clínicas privadas (en estas, previo pago) en vez de esta prueba se realiza el test de detección de ADN fetal en la sangre materna, que tiene una fiabilidad de más del 99%. Si el resultado de este test es negativo, no es necesario realizar amniocentesis; en cambio, si sale positivo sí se recomienda hacerla. A veces se hace como complemento del *screening* combinado, si las probabilidades de que el feto padezca una enfermedad cromosómica son de más de 1/250. Los resultados tardan de 7 a 15 días.



Fotos: Getty.

Relajarse y no anticiparse

Aura, mamá de Duna, cuyo *screening* le salió con un resultado de 1/250, aconseja a las embarazadas que están en su situación que intenten «no comerse mucho la cabeza». «A mí me ayudaba pensar que se trataba de estadísticas, de probabilidades, según me había dicho la ginecóloga. Me angustiaba a ratos, sí, pero tenía muchos momentos de ánimo porque sabía que yo tenía que estar bien para que mi hijo estuviera bien», comenta.

La psicóloga Diana Sánchez conoce lo que pasa por la cabeza de las futuras mamás en los momentos de espera. «Hay pensamientos y miedos que muchas mujeres ya tenían antes, como el miedo a que el bebé no esté bien o a tener que hacerse la amniocentesis y sufrir un aborto, que ahora se disparan», comenta. Y esta experta en

psicología perinatal recomienda combatirlos haciendo ejercicios de relajación y sobre todo *Mindfulness* (Atención plena) una técnica que ayuda a centrarse en las emociones y las sensaciones del presente y a evitar distraerse especulando con posibles problemas futuros. «Se trata de concentrarse en el momento presente y parar la mente, detectar esos pensamientos negativos y angustiosos para poder detenerlos y sobre todo no anticipar las cosas».

Pensar que la prueba definitiva también nos va a salir mal solo va a hacer que sintamos más angustia; en cambio, si logramos relajarnos y si hacemos recuento de todo lo positivo que tenemos (el embarazo va bien, estamos en buenas manos, la mayoría de los bebés nacen sanos, etc.), la es-

Un riesgo de 1/250 indica que de cada 250 mujeres embarazadas, solo una de ellas va a tener un bebé con síndrome de Down u otra patología cromosómica. En realidad, tú solamente tienes una posibilidad entre 250 de que así sea. Como es una estimación estadística e, insistimos, no diagnóstica, los médicos te ofrecen la posibilidad de realizar una prueba diagnóstica cuyos resultados sí confirman o descartan casi al 100% las sospechas. El *screening* en ningún caso da nada por sentado, pero sirve para estar más pendiente de un embarazo que podría ser de riesgo.

pera de los resultados va a resultar mucho más llevadera y menos estresante.

Además, ahora cuando el riesgo es superior a 1/250 o 1/300 y la futura mamá decide averiguar si realmente el feto tiene alguna alteración cromosómica, los médicos suelen realizar una prueba rápida (la hibridación fluorescente in situ, FISH, o la reacción en cadena de la polimerasa, QF-PCR,) que puede detectar las alteraciones más frecuentes en solo 48-72 horas. Y de paso, determina sin error el sexo del futuro bebé.

Luz Bartivas ●

Asesores: Dr. José Manuel Menéndez Fúster, Jefe de Servicio de Ginecología del Hospital Universitario Infanta Cristina de Parla (Madrid) y Diana Sánchez, vicepresidenta de la Asociación Española de Psicología Perinatal.