

Amnesia en el embarazo

Amnesia in Pregnancy

Miguel Lugones Botell¹

Miguel R. Sarduy Nápoles²

¹Policlínico Universitario Docente "26 de Julio", Municipio Playa. La Habana. Cuba.

²Facultad de Ciencias Médicas Manuel Fajardo. La Habana. Cuba.

*Autor para la correspondencia: lugones@infomed.sld.cu

RESUMEN

La memoria es la capacidad para aprender, organizar y fijar eventos de nuestro pasado y se encuentra íntimamente ligado a la función de la atención. Es capaz de guardar datos a través de mecanismos ultra complejos que se desarrollan en tres etapas: codificación, almacenamiento y evocación. La presencia de la amnesia impide que esta capacidad se desarrolle adecuadamente. La amnesia ocurre cuando se comprueba que alguien ha perdido o tiene debilitada la memoria. Hay varias causas de pérdida de la memoria, como ha sido señalado, por ejemplo, en la etapa del climaterio y la menopausia donde este aspecto es considerado para clasificar la intensidad del síndrome climatérico que se presenta con frecuencia en esta etapa. La persona que sufre este trastorno no es capaz de almacenar ni de recuperar información recibida con anticipación, ya sea por motivos orgánicos o funcionales. La amnesia (del griego *ἀμνησία* amnesia, olvido) es la pérdida parcial o completa de la memoria. Sus causas son orgánicas o funcionales. Muchas mujeres, cuando se encuentran embarazadas experimentan una pérdida parcial de memoria a corto plazo conocida como amnesia del embarazo, *mumnesia*, o lo que los anglosajones suelen llamar *placenta's brain* (cerebro de placenta). Durante el embarazo, las fluctuaciones hormonales que experimenta la mujer producen cambios en la actividad cerebral, provocando una pérdida parcial de memoria a corto plazo. Sobre este aspecto abordaremos el estado actual que hay sobre este tema.

Palabras clave: Embarazo; amnesia; pérdida de memoria.

ABSTRACT

Memory is the capacity to learn, organize and fix events of our past and is intimately linked to the function of attention. It is capable of saving data through ultra-complex mechanisms that are developed in three stages: coding, storage and evocation. The presence of amnesia prevents this ability from developing properly. Amnesia occurs when it is proven that someone has lost or has weakened memory. There are several causes of memory loss, as has been pointed out, for example, in the climacteric stage and menopause where this aspect is considered to classify the intensity of the climacteric syndrome that frequently occurs in this stage. The person suffering from this disorder is not able to store or retrieve information received in advance, for organic or functional reasons. Amnesia (from Greek ??????? amnesia, forgetfulness) is the partial or complete loss of memory. Many pregnant women experience a partial loss of short-term memory known as pregnancy amnesia, mumnesia, or placenta's brain as the Anglo-Saxons usually call it. During pregnancy, the hormonal fluctuations experienced by women produce changes in brain activity, causing partial loss of short-term memory. On this aspect, we will address the status on this topic. **Keywords:** pregnancy; amnesia; memory loss.

Recibido:
Aprobado: 8/7/2018

11/6/2018

INTRODUCCIÓN

La memoria es la capacidad con la que cuenta nuestro sistema nervioso central para aprender, organizar y fijar eventos de nuestro pasado y se encuentra íntimamente ligado a la función de la atención. Es capaz de guardar datos a través de mecanismos ultra complejos que se desarrollan en tres etapas: codificación, almacenamiento y evocación. La presencia de la amnesia impide que esta capacidad se desarrolle adecuadamente. La amnesia se determina cuando se comprueba que alguien ha perdido o tiene debilitada la memoria. La persona que sufre este trastorno no es capaz de almacenar ni de recuperar información recibida con anticipación, ya sea por motivos orgánicos o funcionales.⁽¹⁾

La amnesia (del griego *ἀμνησία* amnesia, olvido) es la pérdida parcial o completa de la memoria. En términos médicos, es un trastorno del funcionamiento de la memoria durante el cual el individuo es incapaz de conservar o recuperar información almacenada con anterioridad.⁽¹⁾

Según *Wilson* y otros⁽²⁾ se trata de una pérdida de memoria de la identificación personal. En general, se le asocia con enfermedades orgánicas al cerebro, tales como la psicosis (por ejemplo esquizofrenia) e histeria y es frecuentemente producida de manera deliberada.

Sus causas son orgánicas o funcionales. Las causas orgánicas incluyen daño al cerebro, causado por enfermedades o traumas, o por uso de ciertas drogas (generalmente sedantes). Las causas funcionales son factores psicológicos señaladas como mecanismos de defensa. La amnesia histérica postraumática es un ejemplo de causa funcional.

Entre otras causas, *Glannon*⁽³⁾ afirma que se encuentra la anestesia dado que provoca disrupciones en los mecanismos de la consolidación de la memoria.⁽³⁾

Puede ser también espontánea, en el caso de la amnesia transitoria global (TGA por sus siglas en inglés). El índice de casos es mayor en personas de edad media y avanzada, particularmente varones.

Suele clasificarse por el tiempo (anterógrada o retrógrada) o etimológica, según la causa que la pueda producir.

Hay varias causas de pérdida de la memoria, como ha sido señalado, por ejemplo, en la etapa del climaterio y la menopausia. En estos momentos de la vida de la mujer este aspecto es considerado para clasificar la intensidad del síndrome climatérico que se presenta con frecuencia en esta etapa.⁽⁴⁾

También muchas mujeres, cuando se encuentran embarazadas experimentan una pérdida parcial de memoria a corto plazo conocida como amnesia del embarazo, *mumnesia*, o lo que los anglosajones suelen llamar *placenta's brain* (cerebro de placenta).⁽⁵⁾ Durante el embarazo, las fluctuaciones hormonales que experimenta la mujer producen cambios en la actividad cerebral, lo que provoca una pérdida parcial de memoria a corto plazo.⁽⁶⁾ A este aspecto nos referiremos a continuación.

¿Es real la amnesia del embarazo?

Diferentes estudios apuntan a que la impresión de obnubilación mental en embarazadas se debe a expectativas de estas mujeres.⁽⁷⁾

Cuatro de cada cinco mujeres embarazadas aseguran sufrir una merma en la memoria y la capacidad cognitiva. Sin embargo, los estudios sobre la llamada "amnesia del embarazo" no respaldan tales afirmaciones. Aunque algunos trabajos sostienen que las gestantes ejecutan con mayor dificultad ciertas tareas, otras investigaciones, entre ellas la del equipo de la Universidad *Brigham Young*, no confirma esos efectos. Algunos expertos opinan que el "cerebro de embarazo", así como su versión posnatal "cerebro de maternidad", podrían deberse a sesgos de confirmación positiva; es decir, las embarazadas y las madres primerizas prevén que van a experimentar cierto deterioro mental y, en consecuencia, creen sufrirlo. Otros investigadores, en cambio, aducen que estos síntomas resultan demasiado difíciles de confirmar en el laboratorio.⁽⁷⁾

El equipo de la reciente investigación propuso diversas pruebas cognitivas y neuropsicológicas a 21 embarazadas en su tercer mes de gestación. Seis meses después del parto, las participantes repitieron los ejercicios. Otras tantas mujeres sin hijos llevaron a cabo pruebas idénticas en el mismo intervalo de tiempo. Según los autores, no hubo diferencias entre ambos grupos ni antes ni después del parto. Estos resultados coinciden con un estudio del año 2003, en el que las gestantes tampoco

obtuvieron puntuaciones distintas en los ejercicios de memoria verbal y atención dispersa o concentrada en comparación con las mujeres no embarazadas.⁽⁷⁾

"Aunque existen variaciones en los resultados, la mayoría de los trabajos llevan a pensar que apenas existen pérdidas de memoria asociadas a la gestación", explica *Michael Larson*, uno de los coautores del más reciente artículo.⁽⁷⁾ En su opinión, la persistencia del mito de las pérdidas de memoria relacionadas con el embarazo se debe a que las mujeres buscan de forma selectiva pruebas que confirmen esa expectativa cultural. Si una gestante pierde las llaves del coche, puede atribuir el incidente a la "amnesia del embarazo", sin considerar las veces que las ha extraviado antes de quedarse embarazada.

De hecho, entre 50 y 80 % de las embarazadas asegura que su memoria no funciona como de costumbre o que tiene problemas para concentrarse. No se sabe exactamente qué ocasiona esta "niebla mental" durante la gestación, aunque se siguen investigando las posibles causas.

De cierta forma, es bastante lógico porque quedar encinta es empezar una nueva vida, y quizá la gestante la pasará soñando con su bebé o en estado de ansiedad pensando si todo irá bien. El estrés y la ansiedad podrían interferir en la capacidad para la concentración y para recordar. Además, es muy común que haya cansancio durante el embarazo, lo cual no ayuda a pensar con claridad.

¿Qué dice la ciencia sobre la amnesia del embarazo?

El embarazo libera un torrente de hormonas por todo tu cuerpo, lo cual desencadena cambios fisiológicos muy importantes. Nadie sabe con exactitud cómo esos cambios hormonales afectan al cerebro, ya que los resultados de las investigaciones son ambiguos.^(8,9)

Algunos estudios concluyeron que la memoria de las embarazadas es considerablemente peor que la de las mujeres que no están embarazadas, mientras que otros muestran que la memoria solo empeora en el tercer trimestre. Otros estudios señalan que el desempeño de las embarazadas en pruebas cognitivas es tan bueno como el de mujeres que no están esperando bebé.⁽⁷⁻⁹⁾

Curiosamente, en uno de estos estudios las mujeres embarazadas evaluaron su desempeño en pruebas de memoria y concentración como siendo peor que antes del embarazo. Sin embargo, en realidad obtuvieron resultados tan buenos como las mujeres que no estaban embarazadas.⁽⁷⁻⁹⁾

En 2016, un estudio importante, pero de pequeña proporción, reveló que el embarazo puede ocasionar cambios significativos y a largo plazo en la estructura cerebral de las mujeres. Los investigadores realizaron estudios de resonancia magnética en los cerebros de 25 mujeres y descubrieron que habían perdido algo de materia gris durante el embarazo, sobre todo en las partes responsables del razonamiento social y la capacidad de entender los puntos de vistas de otras personas. Estos cambios continuaron por los siguientes dos años después del nacimiento del bebé.⁽¹⁰⁾

Los investigadores especularon que la reducción en la cantidad de materia gris del cerebro se debe a la eliminación de redes neurales que el cuerpo no necesita, lo que tal vez ayude al cerebro a aumentar su eficiencia y a especializarse en la maternidad. Parece contraproducente, pero este refinamiento quizás ayude a las mujeres a desarrollar el apego con sus bebés y responder mejor a sus necesidades.

Aunque las investigaciones realizadas hasta ahora no hallaron conclusiones definitivas acerca de los problemas de memoria durante el embarazo, sí admiten que los cambios observados en la estructura cerebral podrían asociarse a la falta de memoria.⁽¹⁰⁾

Joanna Workman, psicóloga en la Universidad de Albany, concede cierta justificación al sesgo de confirmación, mas plantea otra posibilidad. En un estudio del año 2011 un equipo de la Universidad de Columbia Británica, al que *Workman* perteneció, observó que, aunque las embarazadas no causaban problemas en las pruebas de cognición, olvidaban con mayor frecuencia que debían llamar al laboratorio en unos días (según les habían pedido los investigadores) y devolver a tiempo un cuestionario. "Es posible que las mediciones en el laboratorio no revelen diferencias porque, por lo general, son lugares tranquilos, sin apenas distracciones, a diferencia de la rutina diaria", concluye *Workman*.¹¹

¿Cómo se comporta la amnesia en el embarazo?

Hay muchas mujeres que experimentan una pérdida parcial de memoria a corto plazo conocida como amnesia del embarazo, *mumnesia*, o lo que los anglosajones suelen llamar *placenta's brain* (cerebro de placenta). Se ha demostrado que el cerebro de las mujeres mejora durante el embarazo.

Esto se produce porque las hormonas del embarazo actúan en el cerebro haciéndolo más sensible. Comienza a partir de la segunda mitad del embarazo y se mantiene aproximadamente hasta tres meses después del parto.

A esas alturas del embarazo, la mujer está más pendiente de la llegada del bebé a la familia, de su nueva vida y de todo lo que hay que preparar para el nacimiento, produciendo a menudo olvidos y distracción.

Pero además de eso, los importantes cambios hormonales que experimentan las embarazadas producen cambios en el cerebro de la mujer que afectan sobre todo a la memoria espacial, es decir, aquella relacionada con dónde colocamos las cosas.⁽⁶⁾

Los culpables de los olvidos son los altos niveles de hormonas⁽⁶⁾ como la prolactina, el estradiol, la progesterona y el cortisol en el organismo de la embarazada, y principalmente de la oxitocina. La conocida como hormona del amor porque interviene intensamente en la conexión con el bebé, es la responsable también de producir una pérdida parcial de la memoria, incluso durante el período de lactancia, en el que la hormona es segregada.

Es normal olvidarse de las cosas, tener que volver a casa porque se nos ha olvidado algo, olvidarse de una cita, de un cumpleaños o de dónde hemos dejado las llaves.

Sin embargo, a pesar de estas distracciones, la maternidad las hace más inteligentes. Se ha demostrado que el cerebro de las mujeres mejora durante el embarazo.

Algunas zonas cerebrales clave alteran su tamaño persistiendo estos cambios durante décadas.

Las capacidades cognitivas mejoran cuando las mujeres quedan embarazadas y al convertirse en madres se produce una sobre estimulación cerebral que las vuelve más alerta.

Diferentes estudios apuntan a que la impresión de obnubilación mental en embarazadas se debe a expectativas de estas mujeres.⁽⁷⁻⁹⁾

Cuatro de cada cinco mujeres embarazadas aseguran sufrir una merma en la memoria y la capacidad cognitiva. Sin embargo, los estudios sobre la llamada "amnesia del embarazo" no respaldan tales afirmaciones. Aunque algunos trabajos sostienen que las gestantes ejecutan con mayor dificultad ciertas tareas, otras investigaciones, entre ellas la del equipo de la Universidad Brigham Young, no confirman esos efectos. Algunos expertos opinan que el "cerebro de embarazo", así como su versión posnatal ("cerebro de maternidad"), podrían deberse a sesgos de confirmación positiva.^{7,8}

El equipo de la reciente investigación propuso diversas pruebas cognitivas y neuropsicológicas a 21 embarazadas en su tercer mes de gestación. Seis meses después del parto, las participantes repitieron los ejercicios. Otras tantas mujeres sin hijos llevaron a cabo pruebas idénticas en el mismo intervalo de tiempo. Según los autores, no se dieron diferencias entre ambos grupos antes ni después del parto. Estos resultados coinciden con un estudio de 2003, en el que las gestantes tampoco obtuvieron puntuaciones distintas en los ejercicios de memoria verbal y atención dispersa o concentrada en comparación con las mujeres no embarazadas.

Conclusiones

Como ha sido referido, la "amnesia del embarazo" es un padecimiento que afecta particularmente a las mujeres durante el embarazo, fundamentalmente en el tercer trimestre de gestación, según confirmó un artículo publicado recientemente en la revista Medical Journal of Australia. Se caracteriza por la pérdida temporal de memoria vinculada a pequeños detalles, pues puede disminuir el rendimiento de la memoria y el funcionamiento ejecutivo, que incluye la realización de múltiples tareas de forma simultánea. Este aspecto es importante conocerlo así como también divulgarlo, para que toda mujer esté preparada para esta situación en caso de presentarse y hacer prevención de los aspectos más importantes relacionados con la pérdida de la memoria.

Los estudiosos consideran necesario realizar futuras investigaciones que posibiliten determinar el impacto de la amnesia del embarazo en la calidad de vida y trabajo de las mujeres gestantes, consideración muy relevante que debe tenerse presente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rodríguez Prieto JM, editor. Diccionario Terminológico de Ciencias Médicas. La Habana: Ediciones Revolución; 1984. p. 1073.
2. Wilson G, Rupp Ch, Wilson WW. Amnesia. Am j psychiatry [Internet]. 1950 [cited 27 Ene 2018];106(7):[about. 13 p.]. Disponible en: <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/ajp.106.7.481> <http://sci-hub.tw/https://doi.org/10.1176/ajp.106.7.481>
3. Glannon W. Anaesthesia, amnesia and harm. J med ethics [Internet]. 2014 Jan [cited 27 Ene 2018];40(10):[about.9 p.]. Disponible en: <https://jme.bmj.com/content/medethics/40/10/651.full.pdf>
4. Pérez Piñeiro JS. Escala cubana para clasificar la intensidad del síndrome climatérico. Resultados de su aplicación en provincias seleccionadas. 1999-2004 [Internet]. La Habana: Escuela Nacional de Salud Publica; 2007 [citado 27 Ene 2018]. Disponible en: <tesis.sld.cu/index.php?P=DownloadFile&Id=300>
5. Bebés y más. [Internet]. Madrid: Bebé y más; 2018 [citado 28 Ene 2018]. La amnesia del embarazo; [aprox 3 pantallas]. Disponible en: <https://www.bebesymas.com/embarazo/la-amnesia-del-embarazo>
6. Bebés y más [Internet]. Madrid: Bebés y más; c 2018 [citado 28 Ene 2018]. ¿Sufres momnesia? La amnesia de las madres; [aprox 3 pantallas]. Disponible en: <https://www.bebesymas.com/embarazo/sufres-momnesia-la-amnesia-de-las-madres>
7. Scientific American [Internet]. Washington DC: Scientific American; © 2019 [actualizado 16 Feb 2016; citado 28 Ene 2018]. Wender MM. ¿Es real la amnesia del embarazo? Cientific American espanol; [aprox. 2 pantallas]. Disponible en: <https://www.scientificamerican.com/espanol/noticias/es-real-la-amnesia-del-embarazo/>
8. Infobae [Internet]. Buenos Aires: Para ti. Rev Gente Infobae tendencias [citado 28 Ene 2018]. ¡Me olvido de todo! la amnesia en el embarazo ¿mito o verdad?; [aprox. p]. Disponible en: <https://www.infobae.com/parati/mama/2018/01/17/me-olvido-de-todo-la-amnesia-en-el-embarazo-mito-o-verdad/>
9. Mayo Foundation for Medical Education and Research [Internet]. Rochester: MFMER; © 1998-2019 [citado 28 Ene 2018]. Amnesia del embarazo. ¿Existe?; [aprox. 2 pantallas]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/expert-answers/baby-brain/faq-20057896>
10. ¿Conoces los efectos de la amnesia del embarazo? Bohemia [Internet]. 2018 Ene 16 [citado 3 Feb 2018];110:[aprox 1 p]. Disponible en: <bohemia.cu/salud/2018/01/conoces-los-efectos-de-la-amnesia-del-embarazo/>
11. WebConsultas Healthcare S.A. [Internet]. Madrid: WebConsultas Healthcare Revista Salud y bienestar; 2018 [citado 28 Ene 2018]. Salabert E. La amnesia del embarazo es real y se nota más en el tercer trimestre; [aprox 2 pantallas]. Disponible en: <https://www.webconsultas.com/noticias/embarazo/la-amnesia-del-embarazo-es-real-y-se-nota-mas-en-el-tercer-trimestre>

Conflictos de intereses

Los autores no declaran tener conflictos de intereses.