

## **Expertos recomiendan no utilizar la vacuna contra la gripe en mujeres embarazadas**

**Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), las mujeres embarazadas son un grupo prioritario para la vacunación contra la gripe, independientemente de la etapa de su embarazo. Sin embargo, estudios recientes cuestionan la idoneidad y eficacia de esta medida que, según el equipo de investigación de la clínica MARGen de Granada, liderada por el doctor Jan Tesarik y la doctora Raquel Mendoza-Tesarik, "se apoya en criterios ya superados y sin rigor estadístico relevante"**

En un artículo recién publicado en la revista Melatonin Research, estos científicos analizan varias meta-análisis, basadas en estudios con un rigor estadístico adecuado, y señalan que "las vacunaciones efectuadas en el segundo y el tercer trimestre del embarazo no produjeron ningún efecto positivo significativo sobre la salud de la madre y del neonato, y las tendencias (no significativas) fueron más bien negativas. Entre éstas, destaca una reacción inflamatoria a la vacuna superior a la de otros grupos de personas. En cuanto a la vacunación en el primer trimestre, los resultados fueron claramente negativos, mostrando un riesgo elevado del daño cerebral del futuro niño".

Según los estudios, sobre todo hay que desaconsejar la vacunación en el primer trimestre del embarazo. En cuanto a la vacunación en el segundo y el tercer trimestre, los médicos tendrían que, por lo menos, informar a las pacientes de las dudas sobre su eficacia. "Es evidente -señala el doctor Tesarik- que las recomendaciones de la OMS, aún en vigor, necesitan una revisión urgente".

Melatonina como alternativa a la vacuna

Para muchos científicos, existen otras alternativas a la vacuna contra la gripe, más eficaces e inocuas, como la melatonina. Un trabajo reciente confirma que la influenza -gripe- puede ser prevenida mediante el uso de la melatonina. Además de la protección contra la gripe, una dosis oral de la melatonina (5-6 mg al día antes de dormir) proporciona una protección eficaz contra la COVID-19.

En paralelo, la administración de la melatonina reduce el riesgo de otras complicaciones durante el embarazo y el parto, según diferentes trabajos del equipo de la clínica MARGen, que recomienda el uso de la melatonina durante todo el embarazo desde hace años.

"Ya sabíamos que la melatonina protege contra la COVID-19, pero su efecto protector contra la gripe es nuevo. Teniendo en cuenta el efecto beneficioso general de la melatonina sobre diferentes funciones del organismo humano, su uso es recomendable no sólo en las mujeres ya embarazadas sino también en las que quieren estarlo próximamente. Además, la melatonina (5-6 mg al día) mejora la fertilidad tanto en las mujeres como en los hombres".

### **Datos de contacto:**

María Guijarro  
622836702

Categorías: [Nacional Medicina Sociedad](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>