Melatonina: una alternativa a la vacuna de la gripe en embarazadas, según MARGen

Varios meta-análisis basados en estudios de campo ponen en duda la eficacia de la vacunación contra la gripe de las 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, nuevos estudios ponen en duda la idoneidad y eficacia de esta medida, que se apoya en criterios ya superados y sin rigor estadístico relevante (Referencia 1).

Recientemente, varios meta-análisis basados en estudios de campo cuestionan la eficacia de la vacunación contra la gripe de las mujeres embarazadas. De hecho, 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 en el sentido contrario. 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.

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 (Referencia 2). Además de la protección contra la gripe, una dosis oral de la melatonina (5-6 mg antes de dormir) proporciona una protección eficaz contra la COVID-19 (Referencia 3).

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 de Granada, liderado por los doctores Jan Tesarik y Raquel Mendoza Tesarik, que recomiendan el uso de la melatonina durante todo el embarazo desde hace años.

“Ya sabíamos que la melatonina protege contra la COVID-19 (Referencia 3) 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 diario) mejora la fertilidad tanto en las mujeres como en los hombres”.

Referencias

1. Donzelli A. Influenza Vaccinations for All Pregnant Women? Better Evidence Is Needed. *Int J Environ Res Public Health*. 2018; Sep 18;15(9):2034. doi: 10.3390/ijerph15092034

2. Anderson G., Reiter R.J. Melatonin: Roles in influenza, COVID-19, and other viral infections. *Rev Med Virol*. 2020; 30:e2109. doi: 10.1002/rmv.2109

3. Tesarik J. Melatonin attenuates growth factor receptor signaling required for SARS-CoV-2 replication. *Melatonin Res.* 2020; 3 (4) 534-537. doi: 10.32794/mr11250077

Datos de contacto:

María Guijarro
622836702

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional Medicina Sociedad](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>