

Dele a su bebé el mejor comienzo en la vida

Cuando está embarazada, puede darle a su bebé el mejor comienzo en la vida al no usar tabaco, alcohol y otras drogas, incluso los medicamentos que se compran sin receta, si el doctor no los ha ordenado. Coma los alimentos adecuados, descanse mucho, haga ejercicio, cuídese, consulte periódicamente al doctor y busque ayuda si la necesita.

Usar tabaco, alcohol u otras drogas, incluso medicamentos que se compran sin receta, como aspirina o medicina para el resfriado, puede lastimar permanentemente a su bebé. El bebé puede enfermarse más y tener problemas más graves de aprendizaje y comportamiento. Recuerde, si actualmente usa medicamentos, alcohol u otras drogas, dejar de hacerlo ahora mismo aumenta la posibilidad de tener a un bebé saludable.

Durante el embarazo,

Si usa alcohol, el bebé puede tener:

- Defectos congénitos
- Anormalidades en las extremidades
- Bajo peso al nacer
- Cráneo pequeño
- Síndrome alcohólico fetal: cara deforme, problemas de comportamiento, retraso mental

Si usa tabaco, el bebé puede:

- Nacer prematuro
- Tener bajo peso al nacer
- Ser más vulnerable a las enfermedades

Si usa cocaína, el bebé puede:

- Nacer muerto o usted puede sufrir un aborto espontáneo
- Nacer con síntomas del síndrome de abstinencia
- Morir repentinamente
- Llorar más de lo normal
- Crecer menos de lo normal
- Tener problemas para comer y dormir
- Tener problemas con el desarrollo

Si usa heroína, el bebé puede:

- Tener bajo peso al nacer
- Llorar más de lo normal
- Tener problemas para comer y dormir
- Nacer con síntomas del síndrome de abstinencia

Si usa marihuana, el bebé puede:

- Tener bajo peso al nacer
- Sufrir de temblores e irritabilidad
- Morir repentinamente
- Tener bajo peso al nacer

Si usa crack, el bebé puede:

- Tener un cráneo pequeño
- Temblar o tener músculos rígidos
- Tener problemas para comer y dormir
- Crecer menos de lo normal
- Llorar más de lo normal
- Tener problemas de aprendizaje

Si usa polvo de ángel y LSD, el bebé puede tener:

- Problemas de comportamiento
- Berrinches violentos
- Habilidades motoras deficientes
- Problemas para ver y oír

