

Durante el embarazo, vela por tu salud y la suya

**Ningún consumo de alcohol
y otras drogas es seguro
para tu recién nacido**

¡Deja de consumir desde el momento en que planifiques el embarazo o cuanto antes!

Si consumes, corres el riesgo:

- de padecer un **aborto** espontáneo
- de que tu hijo o hija tenga **bajo peso al nacer**
- de que nazca antes de lo previsto (**recién nacido prematuro**) o con síndrome de abstinencia
- de que sufra **problemas físicos, mentales o de comportamiento**
- de que tenga **problemas de aprendizaje** con consecuencias a lo largo de toda la vida

Pide a quienes te quieren que no te inciten a consumir alcohol u otras drogas, ni tan siquiera en pequeñas dosis.

Si, a pesar de intentarlo, no puedes dejar el consumo, sobre todo pide ayuda al equipo profesional que sigue la evolución de tu embarazo lo antes posible.