



CUALQUIER uso de alcohol u otras drogas durante el embarazo puede causarle daño a usted y a su bebé.

- *Nadie sabe qué cantidad de alcohol (cerveza, vino, bebidas alcohólicas) o drogas (marihuana, coca, meta, oxy, otras pastillas o drogas) es demasiado.*
- *¿Para qué arriesgarse con el futuro de su bebé?*
- *Ahora es el momento de dejar de tomar alcohol o usar drogas. Su bebé necesita que usted diga que NO.*
- *¿Qué puede pasar si sigue usando drogas o tomando alcohol?*

El alcohol puede causar:

- Aborto espontáneo
- Defectos faciales
- Bebé pequeño
- Problemas del corazón
- Retraso mental
- Hiperactividad
- Aprendizaje lento
- Problemas de conducta
- Trastorno del espectro alcohólico fetal

El uso de drogas puede causar:

- Aborto espontáneo
- Adicción en el bebé
- Defectos de nacimiento
- Hiperactividad
- Bebé pequeño
- Problemas de conducta
- Nacimiento prematuro

Muchas mujeres embarazadas temen que les quiten a sus bebés si admiten que usan drogas o alcohol. En general esto no ocurre. Si ingresa en un programa de tratamiento, será una señal de que quiere cambiar. El programa la ayudará a dejar de usar drogas o alcohol y le enseñará nuevas maneras de cuidarse y de ser mejor mamá sin las sustancias.

Hable con su proveedor de atención de la salud o consejero de la clínica sobre un programa de tratamiento que los pueda ayudar a usted y a su bebé. Nunca es demasiado tarde para dejar de usar las sustancias. Para acceder a la información más actualizada sobre la exposición a medicamentos, alcohol y drogas durante el embarazo o mientras está dando pecho visite MotherToBaby.org.

¡El mejor momento para dejar de usar las sustancias es ahora!