

ALCOHOL Y EMBARAZO

La exposición del feto al alcohol es una de las causas principales de defectos de nacimiento y discapacidades en los Estados Unidos. Más del 10 por ciento de las mujeres en los Estados Unidos consume alcohol durante el embarazo, y una de cada 30 mujeres consume alcohol frecuentemente.

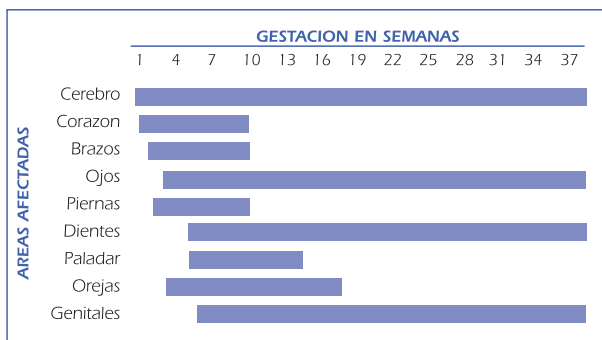


Datos importantes

- Está comprobado que el alcohol es dañino para el desarrollo humano.
- La placenta no protege al bebé de los efectos negativos del alcohol. Cuando consume alcohol, su bebé lo hace con usted.
- Las mujeres no deben consumir alcohol en ningún momento del embarazo. Todas las bebidas que contienen alcohol pueden dañar a su bebé.
- Consumir alcohol puede causar problemas en las primeras semanas del embarazo, incluso antes de que una mujer sepa que está embarazada. Las mujeres sexualmente activas y que pueden quedar embarazadas deben evitar el consumo de alcohol.

¿Cómo afecta el alcohol a mi bebé?

No existe una cantidad conocida de alcohol que sea segura para el consumo durante el embarazo. Mientras más alcohol consuma, más aumentan las probabilidades de que su bebé tenga discapacidades físicas o mentales.



Si necesita información adicional, llame a la Línea de la Salud Familiar al 1-800-451-BABY (2229).

¿Qué es el Síndrome Alcohólico Fetal (SAF)?

Uno de los desórdenes más graves relacionados con la exposición fetal al alcohol es el Síndrome Alcohólico Fetal (SAF). En general, los bebés que nacen con el SAF tienen rostros que no parecen "normales", son más pequeños que otros bebés y tienen problemas en el sistema nervioso central. Las personas con SAF tienen problemas con el aprendizaje, la memoria, la capacidad de concentración, la comunicación, la visión y la audición, así como también problemas al corazón, los riñones y los huesos. El SAF es una condición permanente. Todos los desórdenes relacionados con la exposición fetal al alcohol pueden ser prevenidos en un 100%.

¿Qué pasa si consumo alcohol antes de saber que estoy embarazada?

Si no sabía de su embarazo y consumió alcohol, lo mejor que puede hacer ahora es dejar de hacerlo.

¿Dónde puedo obtener ayuda?

Si no puede dejar de consumir alcohol durante el embarazo, es importante que obtenga ayuda lo más pronto posible. Converse con su médico sobre las opciones de tratamiento. Si está embarazada y es adicta al alcohol, puede obtener ayuda llamando a las siguientes organizaciones:

National Clearinghouse for Alcohol & Drug Information
1-800-729-6686

National Alcohol & Drug Hopeline
1-800-NCA-CALL (622-2255)

Para más información sobre el SAF, puede llamar a:

National Organization on Fetal Alcohol Syndrome
1-800-66-NOFAS (666-6327)

Extractos de información de:
March of Dimes <http://www.marchofdimes.com/>

Department of Health & Human Services
<http://www.hhs.gov/>



Healthy Start Coalition of Miami-Dade
701 S.W. 27th Avenue, Suite 1401, Miami, FL 33135
Tel (305) 541-0210 ■ Fax (305) 541-0213
www.hscmd.org