“Si nací pequeño, ayúdame a crecer sano: por un México sin prematuros”

1 Acude a consulta tan pronto como sepas que estas embarazada.

2 Toma ácido fólico antes del embarazo y disminuye el riesgo de tener alguna malformación en tú bebé.

3 Acude a tus consultas de embarazo y debes estar atenta a cualquier dato de alarma (hinchazón de pies, manos y cara, dolor de cabeza o zumbido en el oído, visión borrosa, salida de líquido o sangre por la vagina).

4 Es necesario realizarte exámenes de orina para detectar oportunamente infecciones y tomar el tratamiento adecuado para prevenir un parto prematuro.

5 La leche materna es el mejor alimento para tu bebé prematuro y le ayuda a salir más rápido del hospital.

6 El contacto piel con piel con tu bebé, le ayuda a regular la temperatura de su cuerpo, su respiración y también favorece la lactancia materna.

7 En los niños prematuros es importante la revisión de los ojos después de salir del hospital, para prevenir pérdida de la visión.

8 La estimulación temprana ayuda a tú bebé a mejorar sus movimientos y sentidos.

17 de noviembre

#TuAmorMeAyudaACrecer

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud

Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva