

Informa-te'n a:

www.embarazadasceroalcohol.es



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL
E IGUALDAD

www.mpsi.es

**Pel teu aniversari.
Perquè un dia és un dia.
Pel vostre aniversari.
Perquè és costum.
Per acomiadar-te de la teva amiga.
Per l'ascens a la feina.
Per no quedar malament.
Per la família.**

**SI ESTÀS
EMBARASSADA,
AMB L'ALCOHOL
NO HI HA
EXCUSES
VÀLIDES**

**L'ÚNIC CONSUM SEGUR D'ALCOHOL ÉS EL
CONSUM ZERO**



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL
E IGUALDAD



El consum d'alcohol durant el període previ a la concepció, l'embaràs i la lactància pot afectar greument el desenvolupament del teu nadó, ja que absorbeix directament tot el que tu prens.

SI TU BEUS, ELL TAMBÉ

El consum d'alcohol produeix efectes tòxics al cervell, especialment durant les etapes de la vida en què no ha completat la seva maduració: períodes embrionari, fetal, infància i adolescència.

Durant la gestació, l'alcohol passa a través de la placenta fins al fetus. Durant el període de lactància, petites quantitats d'alcohol arriben a la llet materna i passen, per tant, al nadó, i això sovint li provoca danys irreparables.

La informació científica no garanteix cap nivell segur de consum d'alcohol, i és per això que l'únic consum segur és el consum zero.

La cura de la salut del teu nadó comença tenint cura de la teva pròpia salut i adquirint bons hàbits que redueixin tots els riscos.

AMB L'ALCOHOL, CAP QUANTITAT ÉS PETITA

No pensis quant és molt o quant és poc: tot és massa. La quantitat d'alcohol més ínfima durant aquest període pot provocar alteracions en el desenvolupament de l'embrió i augmentar el risc d'avortament. L'alcohol és el responsable directe de la síndrome alcohòlica fetal, la causa més freqüent de retard mental d'origen no genètic i, per tant, fàcilment evitable.

AMB L'ALCOHOL, L'ÚNIC CONSUM SEGUR ÉS EL CONSUM ZERO.



EL CONSUM ZERO ÉS COSA DE MOLTS

La parella, la família, els amics i els companys de feina tenen un paper importantíssim a l'hora de reduir a zero el consum d'alcohol d'una dona embarassada. Han de ser tan responsables com ella i solidaritzar-se en tot moment amb la seva situació evitant-ne el consum. El desenvolupament correcte del nadó és un compromís que han d'adquirir tant la dona embarassada com totes les persones del seu entorn.

