

# UN EMBARAZO LE CAMBIA LA VIDA!

Si su periodo se retrasa o sospecha que esta embarazada acuda a su centro de salud o al médico.

No tome decisiones apresuradas, tómese su tiempo y pida ayuda.

Lleve una alimentación saludable, no ingiera bebidas alcohólicas ni fume.

Recuerde que el ser papá y mamá se aprende.

Lleve control prenatal mensualmente en el Centro de Salud.

Ningún embarazo es igual a otro.

Durante el primer trimestre se detectan la mayoría de los problemas de salud en el bebé, por lo que deberá realizarse un ultrasonido en los tres primeros meses.



Pantaleon

SIEMPRE COMPROMETIDOS CON LA SALUD  
[www.fundacionpantaleon.org](http://www.fundacionpantaleon.org)  
fundacion pantaleon

Fundación  
Pantaleon  
Haciendo la diferencia