

- Durante el embarazo, **una mujer embarazada debe tener cuidado con cualquier cosa que come, bebe, fuma, inhala y traga**. Informe a su proveedor médico de todos los medicamentos [recetados, sin receta, vitaminas y suplementos de hierbas] que esté tomando. Su proveedor determinará cuáles son seguros para usted durante el embarazo.
- **Evite todo el tabaco, el alcohol, la marihuana, las drogas callejeras [ejemplo: cocaína, crack, heroína, LSD, metanfetamina] y medicamentos para el dolor no prescritos durante el embarazo**. Todas estas sustancias pasan a través de la madre al bebé nonato y pueden causar efectos dañinos en la salud del embarazo y para la salud del bebé. Sea honesto con su proveedor médico si tiene problemas con el uso / abuso de sustancias. Su proveedor de atención prenatal revisará las opciones que le ayudarán a mantener a usted y a su bebé seguros.
- **Informe siempre a cualquier proveedor médico que vea durante el embarazo de su embarazo. Algunos medicamentos no se consideran seguros durante el embarazo. Su proveedor determinará qué es seguro tomar durante el embarazo.**
- **EVITE** todos los medicamentos que contengan ibuprofeno [como Aleve, Motrin y Advil] y Aspirin a menos que su proveedor recomiende específicamente el medicamento. Estos medicamentos pueden causar problemas de sangrado para la madre y el bebé.
- Si está tomando medicamentos recetados para problemas de salud tales como presión arterial alta, diabetes, trastornos de la tiroides o condiciones de salud mental [depresión, ansiedad], debe comunicarse inmediatamente con el médico que prescribe estos medicamentos e informarles de su embarazo. El proveedor médico determinará si estos medicamentos son seguros durante el embarazo. **NO DEJE** de tomar sus medicamentos hasta que hable con su proveedor.
- La vacuna contra la gripe es muy recomendable durante el embarazo para la madre embarazada y sus familiares inmediatos. Durante el embarazo, la gripe inactivada se recomienda para la madre. Hable con su proveedor sobre el momento más apropiado para recibir la vacuna.
- Los antibióticos más comunes se pueden prescribir en el embarazo para indicaciones específicas [por ejemplo, infecciones del tracto urinario, infecciones del tracto respiratorio superior o del seno].
- Es mejor evitar **TODOS** los medicamentos en el primer trimestre [1ra 13 semanas de embarazo], pero es seguro usar los siguientes medicamentos en cualquier momento durante el embarazo si es absolutamente necesario, especialmente después de 13 semanas de embarazo.

* [Los siguientes medicamentos deben tomarse como se indica en la información del paquete.]

- **DOLOR DE CABEZA/MOLESTIA/DOLOR MUSCULAR**

Tylenol/acetaminofén (regular o extra fuerte)

Icy-Hot, Bengay (dolor muscular)

- **RESFRIADOS/ALERGIAS/TOS**

Benadryl, Claritin, Zyrtec, Allegra, Nasalcrom (secreción nasal, picazón/ojos llorosos)

Tylenol Sinus (congestión nasal/sinusal)
Robitussin DM (tos)
Mucinex DM (congestión)
Aerosol nasal salino
Pastillas para la tos/pastillas para la garganta

** La mayoría de las preparaciones para el resfriado contienen dosis altas de una combinación de medicamentos [denominado enfoque de "escopeta"]. Aunque pueden ser seguros durante el embarazo, tomará menos medicamentos en general si intenta tratar síntomas específicos [por ejemplo, Tylenol para dolores musculares y fiebre y Robitussin para la tos]. No tome formas de "liberación sostenida", "acción sostenida" o "síntomas múltiples" de estos medicamentos.

- **ANTIÁCIDOS/ACIDEZ**

Tums, Mylanta, Maalox, Pepcid
Tagamet, Prevacid, Protonix
Omeprazol (Prilosec OTC)

- **CONSTIPACIÓN**

Suplementos de fibra: Metamucil, Fibercon
Ablandadores de heces (Senakot O Colace)
Leche de magnesio
Dulcolax
Enema de flota
Miralax

- **HEMORROIDES**

Tucks almohadillas
Preparación H
Anusol
Hamamelis

- **NÁUSEAS VÓMITOS**

Jengibre
Benadryl
Dramamina

- **ERUPCIONES/IRRITACIONES DE LA PIEL**

Crema/ungüento de hidrocortisona
Benadryl crema
Loción/crema Caladryl
Baño de avena (Aveeno)