

Monóxido de carbono

El monóxido de carbono es un gas tóxico incoloro, insípido e inodoro. Se origina por la combustión incompleta de los combustibles, como por ejemplo, madera, petróleo o gasolina.

Las mujeres expuestas al monóxido de carbono durante el embarazo pasan menos oxígeno al feto. Los fetos también absorben el gas tóxico del cuerpo de la madre. Al feto le lleva más tiempo eliminar el monóxido de carbono, por lo tanto estará intoxicado durante más tiempo. Esta situación aumenta las probabilidades de abortos no planificados, nacimientos de bebés muertos y defectos de nacimiento.

Para su seguridad:

- Instale detectores de monóxido de carbono en todas las plantas de su casa.
- Cuando llegue el otoño haga revisar la caldera, las ventilaciones y la chimenea por un profesional.
- No utilice el horno ni las hornallas de gas de la cocina para calentar la casa
- Cuando utilice una cortadora de césped u otra máquina herramienta que funcione a gasolina, verifique que haya suficiente ventilación.
- No deje el automóvil en marcha dentro del garaje, ni aún con la puerta del garaje abierta.
- Haga revisar el sistema de escapes de su automóvil para verificar que no tenga pérdidas.



Tenga en cuenta: Las madres que están amamantando deben tener en cuenta estos riesgos de intoxicación porque las toxinas pueden pasar al niño a través de la leche materna.

Después del nacimiento

Aunque transcurrirá un tiempo antes de que el bebé gatee, nunca es demasiado temprano para acondicionar el hogar para que sea más seguro para su bebé. Siga estas recomendaciones sobre prevención de las intoxicaciones para que su hogar sea más seguro:

- Guarde el número del Centro de Illinois contra Intoxicaciones (1-800-222-1222) cerca de cada teléfono en su casa y en otros lugares a mano.
- Enseñe a los niños a preguntar primero antes de comer o beber algo.
- Ponga los productos peligrosos en lugares altos y fuera de la vista y el alcance de los niños. Use cierres de seguridad para niños en los gabinetes y guardarrobas.
- Mantenga todos los productos en sus envases originales con sus etiquetas originales.
- Compre productos que vienen en envases protegidos. Recuerde que no son cien por ciento seguros pero agregan protección.
- Siempre cierre y guarde las medicinas y los productos de limpieza inmediatamente después de usarlos.
- No permita que sus niños tomen medicinas o vitaminas sin supervisión.
- No diga que las medicinas son caramelos ni transforme la toma de medicinas en un juego.



Guía sobre intoxicaciones durante el embarazo



www.IllinoisPoisonCenter.org
1-800-222-1222



Si está planificando un embarazo, está embarazada o amamantando, las intoxicaciones podrían afectar su salud y la de su bebé.

Protéjase usted y proteja a su bebé de las intoxicaciones leyendo la información de este folleto. Plantee sus preguntas o inquietudes a su médico o llame al Centro de Illinois contra Intoxicaciones al 1-800-222-1222.

Mercurio

El mercurio es un metal que se encuentra en pequeñas cantidades en la naturaleza. Por ejemplo, algunos peces pueden tener altos niveles de una forma de mercurio denominada metilmercurio. Comer estos pescados regularmente puede dañar el sistema nervioso en desarrollo de un niño.



Por su seguridad:

Casi todos los pescados contienen pequeñas cantidades de metilmercurio, estas pequeñas cantidades no son dañinas para los seres humanos. No obstante, los peces grandes que se alimentan de otros peces son los que contienen los niveles más altos de metilmercurio que podrían ser nocivos para las personas que los comen regularmente. Proteja a su bebé en gestación **no** comiendo pescados de gran tamaño como:

- Tiburón
- Pez espada
- Caballa gigante
- Lofolátido



Siempre que usted seleccione una variedad de otros tipos de pescados, puede disfrutar comer un promedio de 12 onzas de pescado por semana como parte de una dieta sana mientras está embarazada.

Alcohol

Las mujeres embarazadas que beben alcohol corren el riesgo de pasar el alcohol al bebé a través de la placenta. Debido al pequeño tamaño del bebé y a que el sistema está en desarrollo, el alcohol puede ser más dañino para el bebé que para la madre.



Según el Director de Salud Pública de los Estados Unidos:

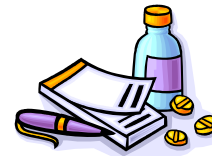
- El alcohol consumido durante el embarazo aumenta el riesgo de defectos de nacimiento relacionados con el alcohol, incluyendo problemas de crecimiento y daños cerebrales y medulares.
- Al alcohol puede dañar a los fetos en cualquier etapa del embarazo

Por su seguridad:

- Las mujeres embarazadas no deben beber alcohol durante el embarazo

Medicinas

Algunas medicinas de venta libre y algunas medicinas que le recetaron antes del embarazo pueden ser dañinas para usted o para el feto durante la gestación.



Por su seguridad:

- Informe a sus proveedores de cuidados de salud que está embarazada.
- Nunca tome drogas durante el embarazo a menos que se lo indique el médico.
- Hable con su médico sobre el consumo de cafeína, vitaminas y productos herbáceos que también pueden afectar al feto en desarrollo.

Plomo

El plomo es un metal que puede enfermar a las personas si lo inhalan en partículas o polvo que contiene plomo o ingieren algo con plomo (por ejemplo, algunos caramelos producidos en México).

Durante el embarazo, el plomo que se encuentra en la sangre de la madre puede pasar al feto a través de la placenta. Los altos niveles de plomo en la sangre pueden afectar el cerebro del feto y causar problemas de desarrollo más adelante. Con el tiempo, la intoxicación por plomo también puede afectar los riñones y el estómago.

Por su seguridad:

- Elimine los restos de pintura astillada y descascarada del interior y exterior de su hogar.
- Limpie los alféizares de las ventanas, las repisas y las superficies planas por lo menos una vez a la semana.
- Haga inspeccionar su hogar para saber si hay cañerías de plomo o pintura con plomo y contrate expertos para hacer las reparaciones necesarias.
- Lávese las manos antes de preparar o consumir alimentos o después de tomar contacto con partículas o polvo.
- Lávese las manos después de tocar las mascotas (el pelo de las mascotas puede retener partículas de plomo).
- Consuma alimentos ricos en hierro y calcio que le ayudan a su cuerpo a absorber menos plomo.

Visite la página de Internet del Centro de Illinois contra Intoxicaciones www.IllinoisPoisonCenter.org para mayor información sobre los problemas de intoxicaciones que se describen en este folleto. O llame al 1-800-222-1222 para pedir fichas de datos o folletos sobre las intoxicaciones.