

EL EMBARAZO

DESDE EL INICIO DEL EMBARAZO VISITÁ AL EQUIPO DE SALUD CON REGULARIDAD



NO TE OLVIDES DEL CONTROL ODONTOLÓGICO Y DE HACERTE TU PAP

NO TE OLVIDES DE MANDAR TU SMS PARA RECIBIR INFORMACIÓN EN TU TELEFONO

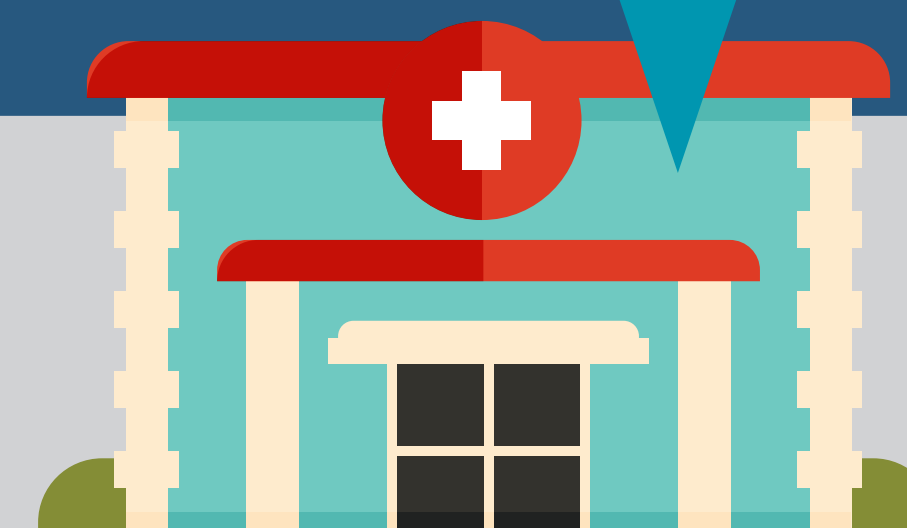


PRACTICÁ EJERCICIOS CON MODERACIÓN



TE AYUDARÁ A PREPARAR TU CUERPO PARA EL NACIMIENTO

CONOCÉ LOS SIGNOS DE ALARMA Y ANTE UNA URGENCIA NO DUDES EN CONSULTAR



¿PREPARASTE TODO PARA LA LLEGADA DE TU BEBÉ?



COCINÁ MUY BIEN LOS ALIMENTOS



TU ÁNIMO PUEDE CAMBIAR. SI NECESITAS AYUDA, CONSULTANOS

FUMAR O BEBER ALCOHOL ES PERJUDICIAL PARA TU SALUD Y LA DE TU BEBÉ. TE PODEMOS AYUDAR

COMER PARA DOS Y NO POR DOS



CONSUMÍ ALIMENTOS RICOS EN HIERRO

Y ACOMPAÑÁLOS CON UN JUGO DE NARANJA



ELEGÍ EL NOMBRE DE TU BEBÉ, HABLÁLE, CANTALE, ACARICIA TU PANCITA



LA CALIDAD DEL ALIMENTO ES IMPORTANTE