

Una Mujer Embarazada Nunca Toma Sola

El Espectro de los Desordenes del Síndrome del Alcoholismo Fetal (EDAF)

es un término que describe los variados efectos que pueden ocurrir en un individuo expuesto al alcohol. Los efectos podrían ser físicos, mentales, de comportamiento o problemas del aprendizaje con implicaciones por el resto de su vida. Las incapacidades pueden variar de un nivel leve a un nivel severo dependiendo de cuan expuesta estuvo la madre al uso del alcohol.



El EDAF puede ser evitado 100 por ciento si la mujer se abstiene del alcohol.

El EDAF es la causa primordial de las discapacidades del desarrollo que puede ser evitado.

El EDAF puede ocurrir cuando una mujer embarazada consume alcohol.

El consumo de bebidas alcohólicas es siempre dañino especialmente cuando se toma en exceso (consumir cuatro o más tragos en una ocasión). Se han asociado los problemas de aprendizaje con solo una embriaguez durante el embarazo.

Una mujer embarazada no debe tomar ningún tipo de alcohol.

LA PREVENCIÓN es la mejor cura:

- Pregunte a todas la mujeres en edad de gestación sobre el uso de bebidas alcohólicas
- Hable sobre los efectos de las bebidas alcohólicas sobre los individuos y el feto.
- Puedes ayudar al feto si te abstienes en cualquier momento de consumir bebidas alcohólicas durante el embarazo.
- Si esta embarazada no bebas. Si bebes, no quedes embarazada.

Recuerden que no hay ninguna prueba que garantice la cantidad segura a consumir de alcohol durante el embarazo.

Los Mitos y las Verdades Sobre el Tomar Durante el Embarazo

¿Es un Mito o Verdad?

Esta bien el tomar una o dos bebidas alcohólicas durante el embarazo. Es solamente dañino cuando se toma una gran cantidad.

Verdad

Nadie sabe en realidad la cantidad cuando es demasiada. Puedo causar daños permanentes con tan solo consumir alcohol en pequeñas cantidades. Ningún momento es seguro para consumir bebidas alcohólicas (u otras drogas) durante el embarazo.

¿Es un Mito o Verdad?

Si comienzas a consumir alcohol o drogas durante las primeras etapas del embarazo, entonces no vale la pena dejar de usarlo mas tarde.

Verdad

Si usted deja de usar durante el embarazo puede mejorar las posibilidades de tener un bebe saludable.

¿Es un Mito o Verdad?

Esta bien tomar cerveza o "wine coolers" durante el embarazo porque estas sustancias no son lo suficientemente fuerte como para causar problemas.

Verdad

La cerveza y los wine coolers son tan dañinos y causan problemas similares como las otros tipos de bebidas alcohólicas u otras drogas.

"De todos los abusos de drogas (incluyendo cocaína, heroína y marihuana) el alcohol produce mas problemas serios en el compartimiento neurológico del feto."

(from the Institute of Medicine Report to Congress, 1996)

Para más información sobre el Espectro de los Desordenes del Síndrome del Alcoholismo Fetal en la mujer y el feto o para planificar un taller educativo, favor de contactar a:



**National Council
on Alcoholism and Drug
Dependence – Rochester Area**

1931 Buffalo Road,
Rochester, New York 14624
(585) 719-3480
(585) 423-1908 fax
www.ncadd-ra.org



Upstate New York

DePaul's National Council on Alcoholism and Drug Dependence - Rochester Area
An affiliate of the National Organization on Fetal Alcohol Syndrome

