

Algunas de las cosas que quizá a usted le preocupen pero que no se consideran que sean de preocupación siempre y cuando se limite su uso son:

Nutrasweet (aspartame)  
1 a 2 tazas de café al día  
Bloqueador solar  
Tinte para el cabello  
Espermaticidas

Se considera que los siguientes artículos no causan malformaciones de nacimiento:

Computadoras  
Microondas  
Cobijas eléctricas  
Camas de agua  
Detector de metales en el aeropuerto

El uso durante el embarazo de la mayoría de los medicamentos alternativos o remedios a base de hierbas no se ha estudiado y por lo mismo **NO SE RECOMIENDA** que se usen.

Se **RECOMIENDA** que todas las mujeres tomen multivitaminas que contengan 0.4 mg de ácido fólico (lo cual equivale a 400 mcg) antes y durante el embarazo. Se podrán recomendar dosis más altas en casos específicos.

El uso de los medicamentos mencionados en este folleto no necesariamente se recomienda durante la lactancia. Para más información sobre estos medicamentos y la lactancia, por favor consulte a su médico y a ITIS.



## Servicios de Información Teratogena de Illinois (ITIS)

680 N. Lake Shore Drive Suite 1230 Chicago, IL 60611  
Teléfono: (312) 981-4354 ó (800) 252-4847

Respuestas a sus preguntas de lunes a viernes  
de 8:30 AM a 5 PM (excepto en días festivos)  
Solo Hispano hablantes deberían llamar al 866 626-6847

ITIS recibe el apoyo financiero del Departamento de Salud Pública de Illinois



## INFORMACIÓN SOBRE MEDICAMENTOS

sin receta médica

Y

La Exposición de estos  
durante el embarazo

Servicio de Información  
Teratogena de Illinois (ITIS)

ITIS es un servicio telefónico gratuito el cual provee información sobre drogas, medicamentos, químicos y otras exposiciones durante el embarazo y la lactancia.



Muchas mujeres requieren de tratamiento médico durante el embarazo. Algunas mujeres requieren tratamientos para condiciones diagnosticadas antes del embarazo. Otras deberán tratar las condiciones médicas que surjan durante el embarazo. En ocasiones es más seguro tomar un medicamento durante el embarazo que dejar la condición médica sin tratamiento. Sin embargo, los medicamentos que no son necesarios deberán evitarse o disminuir su uso durante el embarazo, sobre todo en los primeros tres meses de embarazo.

Este folleto ofrece una lista de medicamentos preferentes para usarse durante el embarazo y se basa en la información obtenida en diciembre del 2007. Parece que los productos citados no aumentan el riesgo de defectos de nacimiento. Sin embargo, la información que se reciba en el futuro podrá cambiar esto. Por favor recuerde que existe de un 3% al 5% de posibilidades de malformaciones de nacimiento aún cuando no se han tomado medicamentos. Los defectos de nacimiento causados por medicamentos contribuyen solamente en una pequeña porción de todos los defectos de nacimiento, mas son importantes ya que se pueden prevenir.

Se deberán usar con precaución todos los medicamentos y se deberán seguir al pie de la letra las instrucciones tanto para las dosis como la frecuencia. Siempre consulte con su médico sobre el uso de cualquier medicamento durante el embarazo antes de tomar su primera dosis. Varios factores deberán considerarse en la selección de los medicamentos durante el embarazo, muchos de ellos no se analizan en este folleto.

Ya que la salud del bebé es lo más importante, los medicamentos efectivos que se han utilizado durante mucho tiempo y se han estudiado bien durante el embarazo son preferibles que los tratamientos más nuevos. Los medicamentos nuevos quizá sean efectivos y causen menos efectos secundarios en los adultos, pero su efecto en el bebé en desarrollo probablemente no se conozca.

Este fue realizado tomando en cuenta sólo los medicamentos sin necesidad de receta médica. No es una lista exhaustiva. Existen medicamentos sin necesidad de receta médica que su médico puede recomendar a pesar de no estar incluidos en esta lista. Los nombres de marca (como Tylenol o Tums) se encuentran en paréntesis con el fin de poder identificar los productos mas no con fines publicitarios para ninguna marca. Los productos de marca con frecuencia contienen diferentes ingredientes, así que es importante verificar el ingrediente activo mencionado en el paquete. Por ejemplo, Tylenol cuenta con una línea de productos en los que algunos tendrán acetaminofén únicamente y otros, tendrán una variedad de ingredientes. Por lo general, se recomienda que contengan el menor número de ingredientes.

## Condición

## Medicamento preferentes durante el embarazo

Acné

Peroxide de benzoilo tratamiento tópico para manchas (Oxy, Clearasil)

Alergias

Aerosol Nasal: cromolina (NasalCrom)  
Oral: clorfeniramina (Chlor-Trimeton Allergy)

Estreñimiento

Primera opción:  
Base de fibra como psyllium (Metamucil) y metilcelulosa (Citrucel)  
Segunda opción:  
Glicerina, lactulosa, sorbitol y el uso ocasional de docusate (Colace)

Malestar Digestivo

Primera opción:  
Carbonato de calcio (Tums), carbonato de calcio/hidróxido de magnesio (Rolaids)  
Segunda opción:  
Ranitidina (Zantac), cimetidina (Tagamet HB 200)

Fiebre/Dolor de cabeza/Dolor

acetaminofén (Tylenol)

\*Estos medicamentos por lo general son para uso temporal solamente; si los síntomas persisten, consulte a su médico