



LA MARIHUANA Y EL EMBARAZO NO SE MEZCLAN

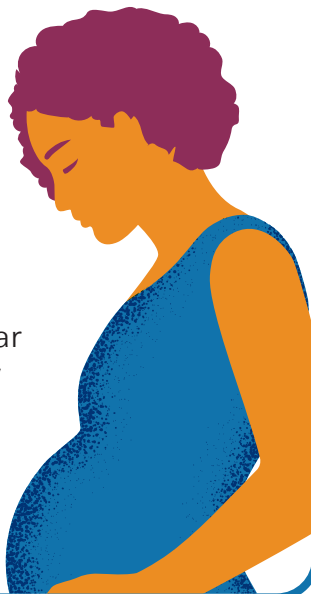


Infórmate más sobre cómo mantenerte a ti y a tu bebé seguros.

El embarazo es una etapa emocionante pero también difícil. Aunque algunas mujeres pueden recurrir a la marihuana para aliviar las náuseas por la mañana o la ansiedad, no hay cantidad de marihuana segura de usar durante el embarazo o lactancia.

MARIHUANA Y EMBARAZO

- Que sea legal para adultos no significa que sea segura para los bebés. Ya sea que fumes, vapees o comas marihuana, ésta tiene químicos peligrosos para tu bebé.
- La marihuana puede causar problemas de salud para tu bebé, como poco peso al nacer, problemas de memoria, aprendizaje y comportamiento.
- En algunas personas, la marihuana puede desatar la ansiedad, depresión y psicosis.
- La marihuana no es segura para tratar náuseas matutinas.



Para más información, visita BelInTheKnowCT.org/Pregnancy o escanea el código QR.

¿SABÍAS QUE...?

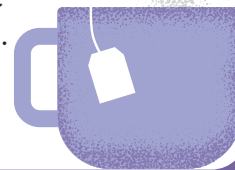
La marihuana puede permanecer en la leche materna hasta 6 semanas después de su uso.



NÁUSEAS MATUTINAS

Si necesitas un remedio para las náuseas matutinas, trata estas alternativas:

- Mantente hidratado. La deshidratación empeora las náuseas.
- Usa diferentes formas de jengibre - té o refrescos de jengibre o masticables de jengibre.
- La menta también hace maravillas. Trata dulces o té de menta.
- Come porciones pequeñas de comida.
- Evita comidas grasosas o picantes.
- Prueba con bandas de alivio para las náuseas. Se usan en la muñeca de las manos.



Habla con tu proveedor de cuidado de salud sobre los riesgos del uso de marihuana durante el embarazo y lactancia.