

# ¿ESTÁ EMBARAZADA O PENSANDO EN QUEDAR EMBARAZADA?

**Prevenga para proteger:  
Prevenga las infecciones  
para proteger al bebé.**



Algunas infecciones antes y durante el embarazo pueden aumentar el riesgo de que el bebé tenga defectos de nacimiento y otros problemas de salud. Estos son algunos consejos útiles para mujeres embarazadas o que están planeando quedar embarazadas:

## VACÚNESE



Póngase la vacuna inyectable contra la influenza y la vacuna contra la tosferina.



Esté al día con todas las vacunas antes de quedar embarazada.

## PREVENGA LAS PICADURAS DE INSECTOS



Use repelente de insectos.



Vista camisas de manga larga y pantalones largos cuando esté al aire libre.



Considere evitar viajar a áreas que tienen el virus del Zika.

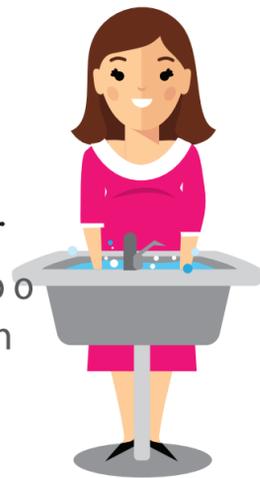
## PRACTIQUE BUENA HIGIENE



Lávese las manos con agua y jabón frecuentemente.



Evite poner en su boca el vaso o el chupete de un bebé o de un niño pequeño.



## CONSULTE A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA



Pregunte cómo puede prevenir infecciones como la del virus del Zika.



Averigüe cómo prevenir infecciones de transmisión sexual.



Para obtener más información sobre cómo prevenir los defectos de nacimiento, visite:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/Spanish/birthdefects/prevention.html>



**U.S. Department of Health and Human Services**  
Centers for Disease Control and Prevention