

Embarazo

Lista de consejos para un embarazo saludable

Consejos simples de estilo de vida mientras te preparás para el embarazo.

1er trimestre 1 a 12 semanas

○ **Visitá a tu médico**

Tan pronto como pienses que estás embarazada, visitá a tu médico. Puede confirmar que estás embarazada, determinar la fecha probable del parto y ayudarte a planificar tu programa de atención médica prenatal.

○ **Agendá tus controles Prenatales**

Necesitarás chequeos regulares durante el embarazo para asegurarte de que todo va bien. Tu primera visita prenatal debería ser entre la semana 10 y 16.

○ **Considerá los chequeos perinatales**

Desde aproximadamente la semana 11, podrías hacerte un análisis de sangre y ecografías para comprobar el desarrollo de tu bebé. La misma será de entre las 8 y 12 semanas.

