

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

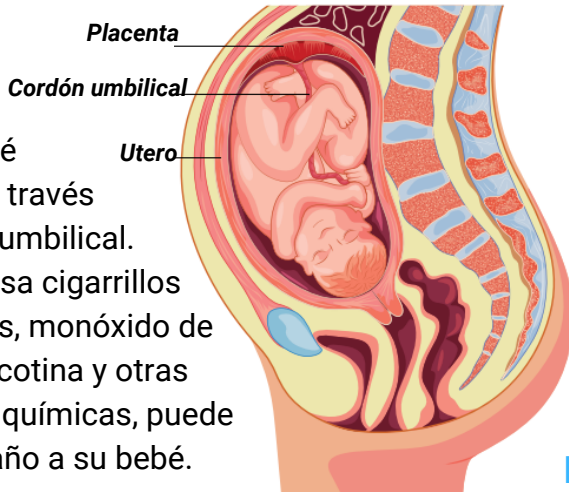
## Cómo el fumar afecta al bebé

 Actualmente estoy embarazada de \_\_\_\_\_ semanas.

¡Dejar de fumar, incluso durante el embarazo, puede marcar una gran diferencia en la vida de tu bebé y en la tuya!

La placenta dentro de tu útero da oxígeno y alimento para tu bebé por nacer a través del cordón umbilical.

Si fuma o usa cigarrillos electrónicos, monóxido de carbono, nicotina y otras sustancias químicas, puede causarle daño a su bebé.



### Problemas que podrían ocurrir ahora:


- Daño al cerebro en desarrollo de su bebé
- La placenta se separa de la pared del útero.
- Sangrado uterino .
- El bebé no recibe suficiente oxígeno y nutrientes.
- Ponerse de parto temprano.

### Problemas que podrían ocurrir más adelante:

- Bebé que nace demasiado pequeño.
- Síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL).
- Cólico con llanto incontrolable.
- Obesidad y asma durante la infancia.

 Fumo \_\_\_\_ paquetes por día.

Me gustaría reducir a \_\_\_\_ cigarrillos por día para esta fecha: \_\_\_\_\_.

 Escribe un mensaje corto o haz un dibujo para tu bebé. ¿Qué quieres que sepa ahora mismo?

**Breathe**  
Healthy Steps to  
Living Tobacco Free



Si está listo para dejar de fumar, llame a Quit Now Indiana al  
1-800-SALGAR AHORA (1-800-784-8669)  
o inicie sesión en [equitnow.com](http://equitnow.com)  
para obtener asistencia personalizada y gratuita.

Embarazo y tabaquismo

