

¿Qué es el embarazo precoz?

Embarazo de una madre entre 9 y 15 años de edad.

¿Qué se debe hacer en esta situación?



- **Acude a tu médico de confianza** (acompañada de un adulto para que te guíe).
- **Cuida tu alimentación** manteniendo una dieta balanceada y variada.
- **Un suplemento de vitaminas prenatales** puede asegurar un adecuado aporte de micronutrientes.
- **Evita el cigarrillo, el alcohol y las drogas.**

¿Cuáles son los riesgos?



- **Un riesgo** podría ser una falla en el crecimiento intrauterino del bebé.
- **Mayor riesgo** de hemorragias o complicaciones durante el parto.
- **Mayor riesgo** de hipertensión arterial.

Otras consideraciones importantes:



- **Tener un bebé puede afectar tus planes de educación**, pero puedes buscar un programa diferente que te permita seguir sin afectar tu embarazo.
- **Busca apoyo familiar y profesional** para que te guíen en esta etapa.

Fuente:

1. Miriam E. Trujillo Mariño. El embarazo precoz: no querido pero deseado. Universitas 2013 UPS-Ecuador, No. 18 pp. 103-131
2. Cancino, A.M. & Valencia, Marcelino. Embarazo en la adolescencia: Cómo ocurre en la sociedad actual. Perinatología y Reproducción Humana. 2015 29. 76-82.
3. Prevenir el embarazo precoz y los resultados reproductivos adversos en adolescentes en los países en desarrollo: las evidencias WHO/FWC/MCA/12.02 - Organización Mundial de la Salud 2012.

AVISO IMPORTANTE. Se recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida seguido de la introducción de alimentos complementarios nutritivos adecuados, junto con la lactancia materna sostenida hasta los dos años de edad o que se extienda por el mayor tiempo posible.