

Tomando medicamentos mientras está embarazada

Cuando está embarazada puede no ser seguro tomar algunos medicamentos y hierbas. Esto es especialmente cierto durante los primeros tres meses, cuando se están formando los órganos de su bebé.

Medicamentos recetados

Hable con su proveedor médico sobre sus medicamentos. Tal vez tenga que cambiarle algunos que esté tomando mientras esté embarazada.

- ☑ Dígale a su proveedor médico cuales medicamentos, vitaminas, suplementos y hierbas está tomando actualmente.
- ✗ No deje de tomar sus medicamentos recetados antes de hablar con su proveedor médico.

Cada vez que vea a un proveedor médico, asegúrese de que sepan que usted está embarazada.

Medicamentos sin receta – ¿son seguros?

Es seguro tomar algunos de los medicamentos sin receta durante el embarazo. Otros no lo son. Los medicamentos listados a continuación son generalmente seguros para la mayoría de las mujeres embarazadas, menos aquellos que se mencionan con una “x” roja. **Consulte con su farmacéutico o con su proveedor médico antes de tomar otro medicamento sin receta.**

Para dolor, incluyendo dolor de cabeza

- Tylenol® (acetaminophen) 325mg a 650mg, cada 4 a 6 horas. No tome más de 3,000mg al día.



No tome estos medicamentos para dolor:

- ✗ Advil® (ibuprofen)
- ✗ Motrin® (ibuprofen)
- ✗ Aleve® (naproxen)
- ✗ Aspirina—pero si su proveedor médico le indica tomar aspirina de bebé **por motivos diferentes al dolor** (como para prevenir situaciones con la presión arterial) entonces es seguro tomarla.

Para acidez

- Tums® 1-2 tabletas. No tome más de 10 tabletas al día.
- Maalox® o Mylanta® Líquidos 1-2 cucharadas, 1 hora después de comer y antes de acostarse,
- Zantac® 75mg-150mg, 2 al día.
- ✗ No use bicarbonato de sodio, sal de uvas ni Alka-Seltzer®.



Para alergias

- **Claritin® (loratadine)** 10mg, una vez al día
- **Benadryl® (diphenhydramine)** 12.5 to 25mg, cada 6 horas cuando lo necesite
- **Zyrtec® (cetirizine)** 10mg, una vez al día



Para resfriados

- **Chlor-Trimeton® (chlorpheniramine)** 4mg, cada 4 a 6 horas cuando lo necesite
- **Pastillas para la garganta o para la tos:** Tome de cualquier marca, sin receta. Esto le ayudará a mantener húmeda su boca. Si tiene diabetes, tome las que no tienen azúcar.
- **Robitussin® (guaifenesin)** 1 a 2 cucharaditas, cada 4 a 6 horas cuando lo necesite. Esto le ayuda a toser la mucosidad con mayor facilidad.
- **Robitussin DM® (guaifenesin con dextromethorphan)** 1 a 2 cucharaditas, cada 4 a 6 horas cuando lo necesite. Esto previene que tosa mucho.
- **Sudafed® (pseudoephedrine)** 30mg a 60mg, cada 6 horas cuando lo necesite para síntomas **severos** de resfriado.
 - ☑ Beba mucha agua cuando tome este medicamento. Este medicamento la reseca al tratar la nariz congestionada.
 - ✗ No tome este medicamento por más de 3 días.
 - ✗ No tome Sudafed durante el primer trimestre de su embarazo (hasta 12 semanas).
 - ✗ No tome Sudafed si padece de presión arterial alta.



Para náuseas y vómitos

- **Vitamina B6** 25mg, 3 veces al día
- Si esta Vitamina B6 no es suficiente, puede agregar **Unisom** 25mg, una vez al día por la noche.
 - Si Unisom le está ayudando un poco pero aún padece de náuseas o vómitos, agregue media tableta de Unisom en la mañana y media tableta a la hora de la comida.



Recuerde, siempre consultar con su farmacéutico o proveedor de servicios médicos antes de empezar a tomar cualquier medicamento sin receta.