

MUJER TOMÁ ÁCIDO FÓLICO

7 de cada 10 nacimientos de bebés con Espina Bífida, podrían evitarse si la mujer consume ácido fólico antes del embarazo.



IMPORTANTE:
Al cocinar o almacenar alimentos, se puede perder el Folato, por lo que se recomienda el consumo de ácido fólico en comprimidos.



¿QUÉ ES EL ÁCIDO FÓLICO?

Es un componente de la vitamina B, se encuentra en forma natural (folato) en dosis pequeñas en ciertos alimentos y en forma de suplemento sintético (ácido fólico).

DAÑOS EN EL BEBÉ:

Por falta de ácido fólico en la madre



1) Fisura de labio y fisura de paladar

Defectos del tubo neural:

2) **Anencefalia:** Ausencia de una gran parte del cerebro y del cráneo.

3) **Espina bífida:** Cierre incompleto de la médula espinal en la columna vertebral. Ocasiona parálisis de grado variable en las piernas, falta de control de la vejiga y el recto.

DOSIS RECOMENDADA:



OCURRENCIA: 0,5 mg diarios a lo largo de toda la edad reproductiva, para prevenir la aparición del primer caso.

RECURRENCIA: 5 mg diarios a lo largo de toda la edad reproductiva, para prevenir nuevos casos. Mujeres con hijos con alguno de estos defectos o con enfermedades como diabetes, lupus, epilepsia, entre otras.



Ministerio de
**SALUD PÚBLICA
Y BIENESTAR SOCIAL**



DIRECCIÓN GENERAL DE
PROGRAMAS DE SALUD



MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y BIENESTAR SOCIAL
PROGRAMA NACIONAL
DE PREVENCIÓN DE
**DEFECTOS
CONGÉNITOS**



Asociación Paraguaya de Espina Bífida
APAEBI



OPS

**GOBIERNO
NACIONAL**