

ALCOHOL Y EMBARAZO:

Prevención de los Trastornos del Espectro Acohólico Fetal (TEAF)

Día internacional, 9 de septiembre

Informar supone avanzar en equidad
en salud que es justicia social para todos.

Informar, Educar, Prevenir.



UNÉTE A LA CONVERSACIÓN @PNSDGOB

Desde 1999, simbolizando los 9 meses de embarazo, cada 9 de septiembre se celebra el Día Mundial del Síndrome Alcohólico Fetal (TEAF), para concienciar de los graves efectos que tiene la exposición prenatal al alcohol y dar una buena noticia: el TEAF es un trastorno 100% evitable.

¿ POR QUÉ LAS MUJERES EMBARAZADAS, O QUE PLANEEN QUEDARSE EMBARAZADAS NO DEBEN CONSUMIR ALCOHOL?

Los trastornos del espectro alcohólico fetal son una amplia variedad de efectos que se pueden presentar en las personas cuyas madres bebieron alcohol durante el embarazo. Estas afecciones pueden perjudicar a cada persona de diferente manera y pueden ser desde leves hasta graves.

Los daños potenciales ocasionados por el alcohol sobre el desarrollo del feto pueden ser variados y se recogen bajo el término “Trastornos del espectro alcohólico fetal (TEAF)”:

- Estas afecciones son de difícil diagnóstico, pueden ser desde leves hasta graves y perdurarán toda la vida.
- Pueden tener repercusiones a nivel físico, del comportamiento e intelectuales.
- El Síndrome Alcohólico Fetal (SAF) es su manifestación más extrema.

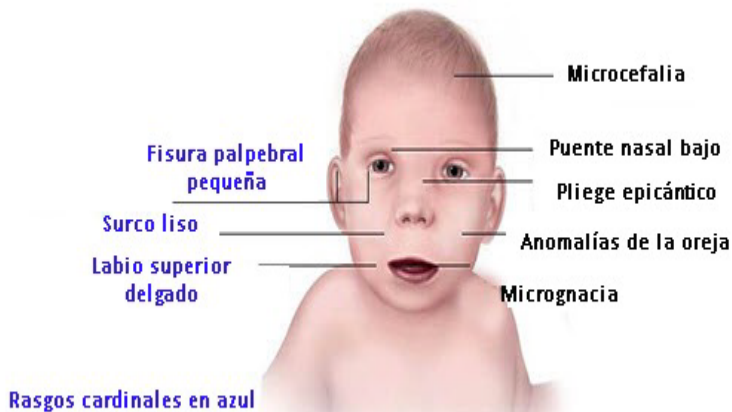


Y LOS HOMBRES: El consumo de alcohol por parte del hombre también perjudica a la salud infantil

- Algunos estudios han observado que el consumo de alcohol por parte del hombre en el periodo preconcepcional también puede tener un impacto en la salud infantil.
- El consumo de alcohol durante el embarazo por la pareja puede tener un impacto en el consumo de alcohol de la madre.

Los **trastornos del espectro alcohólico fetal (TEAF)** son un grupo de afecciones que pueden presentarse en una persona cuya madre bebió alcohol durante el embarazo. Estos efectos pueden incluir problemas físicos y problemas del comportamiento y del aprendizaje. Comúnmente, una persona con un TEAF tiene una combinación de estos problemas.

Rasgos dismórficos del espectro alcohólico fetal



Los trastornos del espectro alcohólico fetal se deben al consumo de alcohol de la madre durante el embarazo. El alcohol en la sangre de la madre pasa al bebé a través del cordón umbilical.

Una persona con un TEAF puede tener:

- Bajo peso corporal.
- Mala coordinación.
- Conducta hiperactiva.
- Dificultad para prestar atención.
- Mala memoria.
- Dificultades en la escuela (especialmente en matemáticas).
- Discapacidades del aprendizaje.
- Retrasos en el habla y el lenguaje.
- Discapacidad intelectual o coeficiente intelectual bajo.
- Capacidad de razonamiento y juicio deficientes.
- Problemas de succión y dificultades para dormir en los bebés.
- Problemas de audición y de visión.
- Problemas del corazón, los riñones o los huesos.
- Estatura más baja de la estatura promedio.
- Cabeza de tamaño pequeño.
- Características faciales anormales, como por ejemplo, surco menos marcado entre la nariz y el labio superior (este pliegue se llama filtro o surco subnasal).

RECUERDA

- **No hay una cantidad segura de alcohol** que se sepa que se pueda consumir durante el embarazo o cuando se esté tratando de quedar embarazada.
- **No hay ningún momento en el embarazo en el que se pueda beber** sin correr riesgos. El alcohol puede causar problemas para el bebé en gestación en toda etapa del embarazo, incluso antes de que la mujer sepa que está embarazada.
- **Todos los tipos de alcohol son igualmente dañinos**, incluso todos los vinos y las cervezas.
- Para prevenir los trastornos del espectro alcohólico fetal, **la mujer no debe beber alcohol durante el embarazo, ni cuando podría quedar embarazada.** Esto se debe a que una mujer podría quedar embarazada y no saberlo durante 4 a 6 semanas.
- Si una mujer bebe alcohol durante el embarazo, nunca es muy tarde para que deje de hacerlo. Debido a que el cerebro del bebé se está desarrollando durante todo el embarazo, cuanto antes una mujer deje de beber alcohol más seguro será para ella y su bebé.

Los TEAF son prevenibles si la mujer no bebe alcohol durante el embarazo.

Lactancia materna la opción más segura para los bebés es que las mujeres lactantes no consuman alcohol.

HABLAMOS SOBRE: ¿Cómo afecta el consumo de alcohol durante el embarazo?

- Las pautas de consumo de alcohol que pueden entrañar bajo riesgo a nivel individual pueden estar asociadas a la aparición de efectos sanitarios y sociales negativos.
- Es por ello que es importante reducir los daños sufridos por las personas del entorno del bebedor y por las poblaciones expuestas de mayor riesgo, como niños, adolescentes, mujeres en edad fértil, mujeres gestantes y lactantes, y otros grupos de riesgo.
- El consumo de alcohol, durante el embarazo puede producir deficiencias físicas, mentales y motoras en el bebe que pueden afectarle durante toda su vida.
- Estas consecuencias pueden manifestarse en el momento del nacimiento o más tarde durante el desarrollo.
- De todas las sustancias de abuso, el alcohol es de las más peligrosas para el desarrollo fetal.

PARA SABER MÁS

- https://www.mscbs.gob.es/campannas/campanas10/embarazadasCeroAlcohol/preguntas_frecuentes.html
- <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/fasd/facts.html>
- <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/chronic/Paginas/Fetal-Alcohol-Spectrum-Disorders.aspx>
- <http://www.e-drogas.es/edrogas/portal/crecersinoh/tripticos.jsf>

- https://www.mscbs.gob.es/campannas/campanas10/embarazadasCeroAlcohol/preguntas_frecuentes.html

- https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Prevencion/alcohol/docs/Alcohol_Embarazo_TEAF.pdf

- <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Prevencion/alcohol/docs/alcoholEmbarazo.pdf>

- <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Prevencion/alcohol/docs/alcoholEmbarazo.pdf>