

# diez



## cosas que necesitas saber acerca de los defectos de nacimiento (defectos congénitos)

### 1. ¿Sabías que los defectos de nacimiento son más comunes de lo que pensabas?

➤ **Hecho:** Los defectos de nacimiento afectan a 1 de cada 33 bebés que nacen todos los años y causan 1 de cada 5 muertes infantiles. Muchos bebés que nacen con defectos de nacimiento no tenían antecedentes familiares de su condición.

### 2. ¿Sabías que una mujer debe comenzar a tomar ácido fólico desde su adolescencia y continuar haciéndolo toda su vida?

➤ **Hecho:** En Estados Unidos, la mitad de los embarazos no se planifican, por lo que todas las mujeres en edad reproductiva deben tomar a diario una vitamina con ácido fólico. El ácido fólico ayuda al desarrollo del cerebro y la columna vertebral del bebé bien temprano en el primer mes de embarazo, cuando la mujer puede no saber todavía que está embarazada.

### 3. ¿Sabías que muchos defectos de nacimiento se diagnostican después de que el bebé ha salido del hospital?

➤ **Hecho:** Muchos defectos de nacimiento no se identifican inmediatamente al nacer. Un defecto de nacimiento puede afectar como se ve o funciona el cuerpo o ambos. Algunos defectos, como el labio fisurado o la espina bífida, son fáciles de identificar al momento de nacer. Pero otros, como los defectos del corazón, no se descubren fácilmente.

### 4. ¿Sabías que algunos defectos de nacimiento pueden diagnosticarse antes de que nazca el bebé?

➤ **Hecho:** Las pruebas prenatales como la ecografía o la amniocentesis pueden detectar defectos de nacimiento tales como espina bífida, defectos del corazón o síndrome Down antes de que el bebé nazca. La atención médica prenatal y las pruebas de detección durante el embarazo son muy importantes porque permiten un diagnóstico temprano que da la oportunidad a las familias de tomar decisiones y hacer planes para el futuro.

### 5. ¿Sabías que los defectos de nacimiento pueden afectar de gran manera la economía de las familias afectadas y de la sociedad en general?

➤ **Hecho:** En los Estados Unidos, los defectos de nacimiento han representado más de 139,000 hospitalizaciones en un solo año a un costo de \$2,500 millones únicamente por hospitales. Las familias y el gobierno comparten la carga de los costos. Además, la economía del hogar se puede ver afectada si alguno de los padres tiene que dejar el trabajo parcial o totalmente.



# diez



## cosas que necesitas saber acerca de los defectos de nacimiento (defectos congénitos)

### 6. ¿Sabías que los defectos de nacimiento son causados por diferentes factores, no solamente por la genética?

➤ **Hecho:** Las causas de la mayoría de los defectos de nacimiento se desconocen. Durante el embarazo, el consumo de cigarrillos, bebidas alcohólicas, otras drogas o ciertos medicamentos, la exposición a sustancias químicas y las enfermedades infecciosas se han asociado a la aparición de defectos de nacimiento. Los investigadores están estudiando la contribución de estos factores y de la genética, como posibles causas de los defectos de nacimiento.

### 7. ¿Sabías que algunos defectos de nacimiento se pueden prevenir?

➤ **Hecho:** La mujer debe adoptar algunas medidas importantes antes y después del embarazo para ayudar a prevenir los defectos de nacimiento. Debe tomar ácido fólico; visitar regularmente a su médico; asegurarse de tener bajo control enfermedades crónicas como la diabetes; hacerse exámenes para enfermedades infecciosas; tener las vacunas al día; no fumar y no consumir bebidas alcohólicas ni drogas.

### 8. ¿Sabías que hay maneras en que una mujer embarazada puede prevenir infecciones en su bebé en desarrollo?

➤ **Hecho:** La mejor manera de evitar infecciones en un bebé en desarrollo es lavarse las manos frecuentemente, especialmente después de haber ido al baño, tocado carne cruda, huevos crudos, vegetales sin lavar y mascotas; después de trabajar en el jardín o de cuidar niños pequeños.

### 9. ¿Sabías que durante el embarazo no hay una cantidad segura de alcohol ni ningún momento que se considere sin riesgo para consumir bebidas alcohólicas?

➤ **Hecho:** Los trastornos del espectro alcohólico fetal (TEAF) son un grupo de trastornos y alteraciones que pueden presentarse en una persona cuya madre haya consumido bebidas alcohólicas durante el embarazo. Estos efectos pueden incluir problemas físicos, de comportamiento y de aprendizaje, que pueden durar toda la vida. No existe una cantidad segura ni un momento en el que no se corra un riesgo al ingerir bebidas alcohólicas durante el embarazo. Los TEAF son 100% prevenibles si la mujer no bebe alcohol mientras está embarazada.

### 10. ¿Sabías que un bebé en desarrollo no está siempre protegido del mundo exterior?

➤ **Hecho:** La placenta, la cual une al bebé con su madre, no es una barrera fuerte. Cuando una madre fuma, consume bebidas alcohólicas u otras drogas o está expuesta a enfermedades infecciosas, su bebé también está expuesto. Los hábitos saludables tales como tomar ácido fólico diariamente y alimentarse de manera nutritiva ayudan a garantizar que un bebé nazca saludable.



Para más información acerca de los defectos de nacimiento y los embarazos saludables, visite la página de internet de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades [www.cdc.gov/pregnancy](http://www.cdc.gov/pregnancy) o llame a su departamento de salud local o estatal

