

TU DERECHO A UNA CONSULTA PRECONCEPCIONAL

La mayoría de los órganos del bebé se forman en las primeras semanas, a veces antes de que sepas que estás embarazada. Por eso es clave prepararte antes.



¿QUÉ ES LA CONSULTA PRECONCEPCIONAL?

Es una atención médica especializada que se realiza ANTES del embarazo, idealmente 12 meses antes de buscar la concepción.



Durante esta consulta, un profesional de salud:

- Evalúa tu estado de salud general
- Identifica y controla factores de riesgo
- Revisa tus medicamentos actuales
- Actualiza tu esquema de vacunación
- Te orienta sobre hábitos saludables
- Te asesora sobre planificación reproductiva



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Preparar tu cuerpo ANTES permite:

- ✓ Prevenir complicaciones maternas
- ✓ Reducir riesgos para tu bebé
- ✓ Controlar enfermedades crónicas
- ✓ Evitar medicamentos que afecten al bebé
- ✓ Corregir deficiencias nutricionales

¡ES TU DERECHO!

Está en la Resolución 3280 de 2018 y hace parte de la Ruta Integral de Atención Materno Perinatal.

Esto significa que:

- NO requiere autorización previa
- Es GRATUITA
- Puedes solicitarla en cualquier momento

Si tu EPS la niega, puedes presentar un derecho de petición.

Descarga el modelo en nuestra página web.

¿EN QUÉ CONSISTE?



Historia clínica completa: Antecedentes personales, familiares y reproductivos

Exámenes de laboratorio: Sangre, orina, tamizaje de infecciones



Revisión de vacunación: Actualización de esquema según necesidad

Suplementación según tu caso



Control y optimización de enfermedades crónicas

Planificación temporal: Anticoncepción durante preparación



Educación en salud: Nutrición, ejercicio, y hábitos saludables

BENEFICIOS DE PREPARARTE

PARA TI:

- Embarazo más seguro y saludable
- Menor riesgo de complicaciones
- Mayor tranquilidad y confianza

PARA TU BEBÉ:

- Menor riesgo de malformaciones
- Mejor desarrollo desde el inicio
- Prevención de problemas evitables

LA SALUD REPRODUCTIVA NO ES SOLO RESPONSABILIDAD DE LA MUJER.

La salud del padre también influye en:

- La fertilidad de la pareja
- El desarrollo del embarazo
- La salud futura del bebé



Factores paternos como tabaquismo, alcohol, obesidad, edad y enfermedades crónicas pueden afectar la concepción y el embarazo.

Invita a tu pareja a prepararse también
En nuestra página web encontrarás información específica para hombres.

¿CUÁNDO SOLICITAR LA CONSULTA?

Lo ideal es 12 meses antes de buscar el embarazo, pero **NUNCA** es tarde para prepararte.



Solicítala si:

- ✓ Estás planeas embarazarte en el próximo año
- ✓ Tienes alguna enfermedad crónica
- ✓ Tomas medicamentos de forma regular
- ✓ Has tenido complicaciones en embarazos previos
- ✓ Tienes dudas sobre tu salud reproductiva
- ✓ Incluso si te sientes bien y saludable

Su objetivo es optimizar al máximo las condiciones para un embarazo seguro y saludable, sin importar tu estado actual.

PREPÁRATE PARA TU CONSULTA

Lleva contigo:

- ☐ Carné de vacunación
- ☐ Historia clínica previa (si tienes)
- ☐ Lista de medicamentos que tomas
- ☐ Resultados de exámenes recientes
- ☐ Tus dudas e inquietudes escritas

PREGUNTAS FRECUENTES

¿CUÁNTO DURA LA PREPARACIÓN?

Aproximadamente 12 meses, según tu caso particular

¿DEBO USAR ANTICONCEPCIÓN DURANTE LA PREPARACIÓN?

Es lo más recomendado mientras optimizas tu salud, pero depende de tu situación y decisión personal.

¿PUEDO IR CON MI PAREJA?

¡Sí! Es recomendable que ambos se preparen.

¿ES SOLO PARA EL PRIMER EMBARAZO?

No, es útil antes de cada embarazo.

RECUERDA

- Sí es tu derecho legal
- Sí puedes llevar a tu pareja
- No necesitas autorización previa
- No necesitas estar enferma para asistir
- No necesitas tener problemas de fertilidad



¿QUIERES SABER MÁS SOBRE LA CONSULTA PRECONCEPCIONAL?

¡ESCANEA EL CÓDIGO QR PARA CONOCER MÁS!

