

# SI ESTÁS EMBARAZADA O CREES QUE PUEDES ESTARLO...

- Ponlo en conocimiento de tu Servicio de Vigilancia de la Salud.

## PROTECCION DE LA MATERNIDAD

Ten precaución ante los:

- Ruidos de elevada potencia
- Radiaciones ionizantes y no ionizantes
- Sustancias químicas de las que desconozcas sus efectos
- Riesgos biológicos ante los que desconozcas tu inmunización

No desarrolles tareas que impliquen:

- Permanecer largos periodos de pie o inmóvil
- Trabajos con productos químicos, cancerígenos, mutágenos o teratogénicos
- Trabajos con agentes biológicos patógenos
- Sobreesfuerzos por manejo de pesos

Recuerda que:

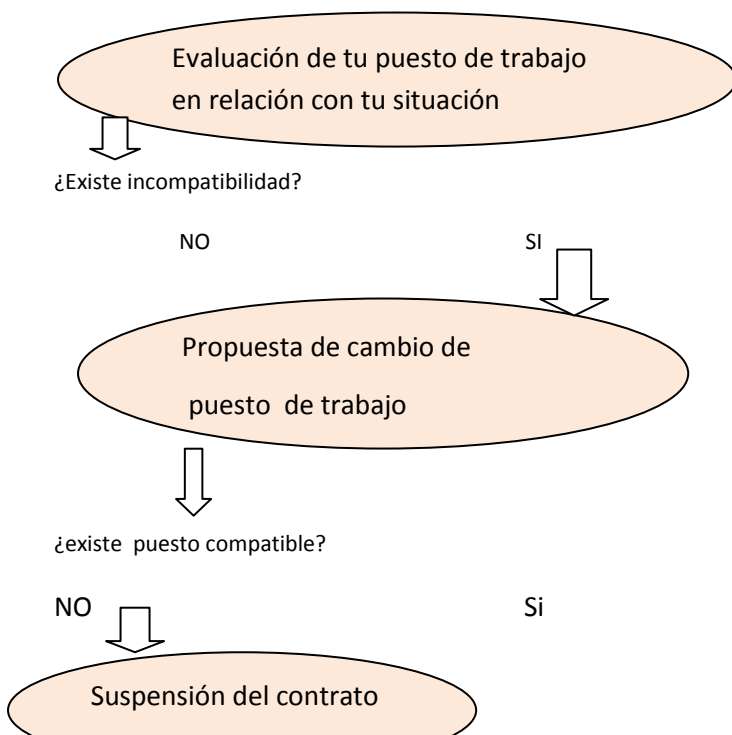
- Con unas precauciones mínimas puedes hacer vida normal
- Debes realizar ejercicio suave
- Se aconseja una alimentación equilibrada y sana
- No debes tomar bebidas alcohólicas ni fumar.

*Es aconsejable que comuniques tu sospecha o certeza de embarazo al servicio médico responsable de tu vigilancia de la salud, cooperando de este modo en la prevención de daños a tu salud*



## ACTUACION POR PARTE DEL SERVICIO

### DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES:



NECESITAS MAS INFORMACION

Consulta con el servicio médico de la UMH(Ed. Hélike) ó [servicio.medico.es](mailto:servicio.medico.es)

Tel: 966 65 84 20