

# PRODUCTOS A EVITAR DURANTE EL EMBARAZO

Todo a lo que está expuesta la futura mamá puede afectar de alguna forma al embrión, tanto los alimentos como los productos que usa diariamente.

## HUEVOS CRUDOS

Una mujer embarazada no puede consumirlos crudos ni ligeramente cocidos, ya que pueden estar contaminados por bacterias dañinas como la salmonela.

Consulta al médico ante cualquier duda que tengas sobre que consumir o no.

## EDULCOLORANTES ARTIFICIALES (SUSTITUTOS DE AZÚCAR)

En su mayoría estos sustitutos pueden consumirse con moderación, sin embargo, existen ciertas restricciones en algunos de ellos, por lo que lo mejor es evitarlos durante el embarazo.

En todo momento revisa las etiquetas y lee las medidas precautorias de los productos que adquieras.



CGED-DEC



**ECONOMÍA**  
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

**PROFECO**  
PROCURADURÍA FEDERAL  
DEL CONSUMIDOR