

Nestlé®  
**Maternal**  
nutrition  
*Juntos en la gran aventura*

## La suplementación durante el embarazo



Durante el embarazo, ocurren muchos cambios fisiológicos en el cuerpo de una mujer para permitir el crecimiento y desarrollo normal del bebé.<sup>1,2</sup>



Uno de los cambios más notables es el **aumento de peso** dentro de los rangos recomendados.<sup>1,2</sup>



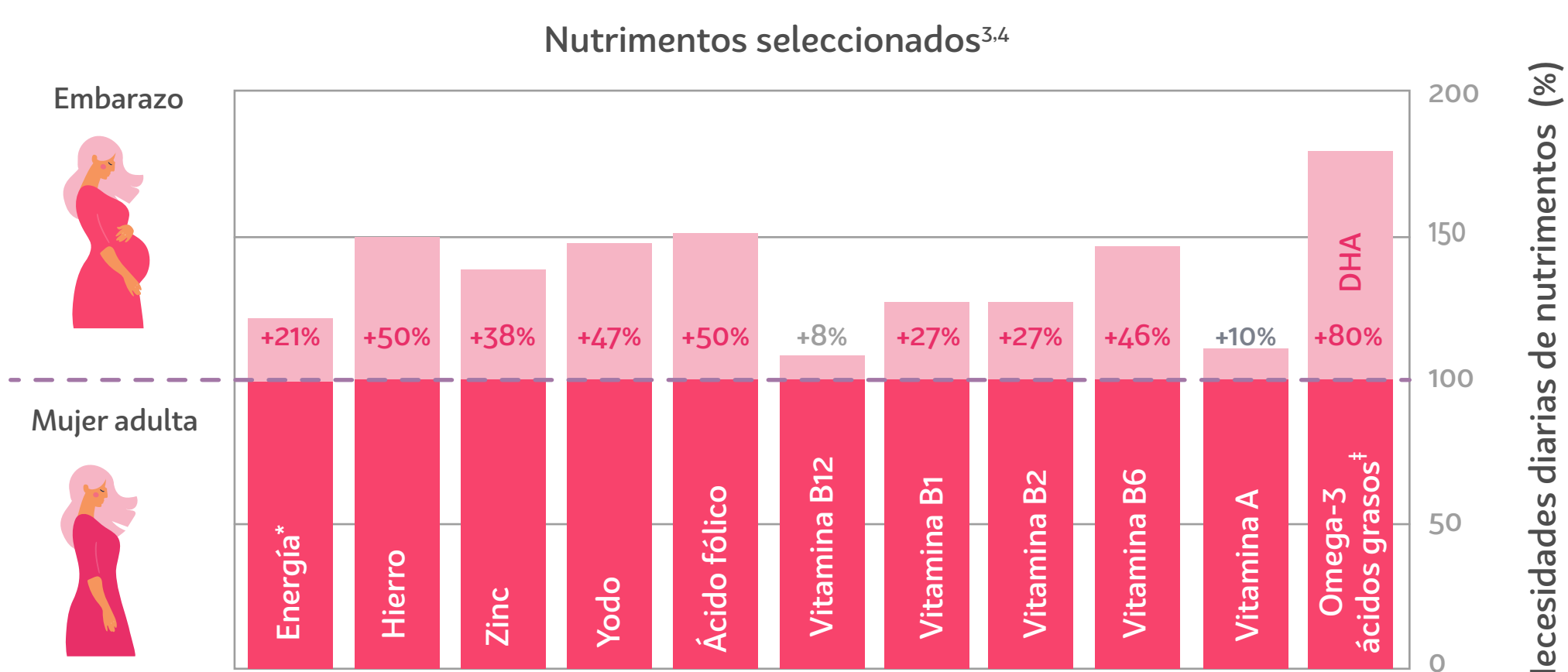
Incrementan las necesidades nutricionales de las mujeres embarazadas; **requieren más micronutrientes, como vitaminas, minerales y ácido docosahexaenoico.**<sup>1,2</sup>



Sin embargo, la **desnutrición y las deficiencias de micronutrientes** son bastante comunes en las mujeres embarazadas.<sup>1,2</sup>

Varios estudios clínicos muestran los **efectos beneficiosos de la suplementación con micronutrientes** durante el embarazo en la salud materna e infantil.<sup>1,2</sup>

### ¿Qué necesidades de nutrientes aumentan durante el embarazo?



\*Aumento de las necesidades energéticas a partir del segundo (+15%) y tercer (+21%) trimestre del embarazo. ‡ DHA y EPA