

Multivitamínicos	Dosis		
Ácido fólico	400-800 ug/día	En todas las px embarazadas <ul style="list-style-type: none"> <li>• A 3 meses previos a la concepción</li> </ul>	ayuda a prevenir defectos del tubo neural
	5mg/día	Px con factores de riesgo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antecedentes de embarazos con defectos en el tubo neural</li> <li>• Antc. Familiares con def. tubo neural</li> <li>• Uso de anticonvulsivos</li> <li>• Tabaquismo</li> <li>• DM1 Y 2</li> </ul>	
Omega 3	Dieta 2 porciones de mariscos por semana	Toda mujer embarazada	
Vitamina A	Obtener de la dieta	Melón, huevo, espinaca, zanahoria, hígado.	Previene anemia gestacional, ceguera nocturna
Vitamina D	No suplementar	Reduce el riesgo a preeclampsia <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejora el peso al nacer</li> </ul>	
Calcio	1.2-2g (1g día)	Todas las px con una ingesta menor a 600mg/día	Previene hHT gestacional /preeclampsia
Hierro	30-60mg	Toda px embarazada previene anemia gestacional	
Vitamina C y E	No se sugiere suplementación rutinaria		

Nombre	Indicación	Protección contra	Contraindicaciones	
Trivalente	Aplicación anual	Influenza A y B	Asma/épac/alergia	
TDPA	Mayor a 20 sdg	Tétanos, difteria, tos ferina	Alergia previa	
Hepatitis B	Px con factores de riesgo	Hepatitis B		
COVID	Anual	COVID		