

Actividad N° 39**Cuidados y nutrición de la mujer embarazada**Curso: Nombres y Apellidos: **I. Coloque falso "F" o verdadero "V" a las siguientes afirmaciones:**

- a) El control prenatal precoz inicia antes de las 22 semana de gestación ☐
- b) Los problemas de sueño para dormir no son muy usuales, por lo que se recomienda dormir las horas necesarias ☐
- c) El ejercicio físico es recomendable todo el embarazo, para reducir dolores de espalda, piernas hinchadas y estreñimiento ☐
- d) Es necesario consumir bastante vitamina A, el exceso de esta vitamina no tiene consecuencias para el bebé ☐
- e) El consumo de las sustancias tóxicas como el ácido fólico, pueden ocasionar espina bífida o anencefalia en el feto ☐

II. Marque con "SI" a las imágenes de las acciones recomendadas y "NO" a las acciones no recomendadas durante el embarazo.