

Después de que nazca su bebé:

Debe pedir al personal del centro de maternidad o a su partera que realicen un **Estudio de detección de riesgos en los bebés Healthy Start (Comienzo saludable)**.

Este estudio le ayudará a descubrir cualquier cosa que pudiera afectar el crecimiento y desarrollo de su bebé durante su primer año de vida.

Más recursos

El personal de la **Línea de Información de Family Health** puede responder a cualquier pregunta que tenga sobre el cuidado prenatal, el cuidado de la salud del bebé, la planificación familiar, así como el uso de alcohol y drogas. Nuestros consejeros hablan inglés, español y creole, y pueden conseguir ayuda para otros idiomas. Todas las llamadas son confidenciales y gratuitas.

Llame al 1-800-451-2229.

El abuso puede suceder más durante el embarazo. Si alguna persona la está maltratando, podrá encontrar refugio, consejo y asistencia legal.

Llame al 1-800-500-1119.

WIC ofrece a las mujeres embarazadas y en período de lactancia, a los bebés y a los niños alimentos saludables además de consultas sobre nutrición.

Llame al 1-800-342-3556.



Si desea saber más sobre Healthy Start, hable con su proveedor de cuidados de la salud o llame al Programa Healthy Start de su localidad:



O llame a Healthy Start Coalition en su localidad:



DH 150-323, 6/05 Stock #5730-323-0150-1

Estudio de detección prenatal de riesgos Healthy Start



HEALTHY START

¿Está embarazada?

SÍ

¿Vive en Florida?

SÍ

Entonces pida a su médico, enfermera o partera que realicen el Estudio prenatal de detección Healthy Start.

Los estudios de detección y servicios del programa no tienen ningún costo.

Usted quiere tener un bebé saludable y Healthy Start le puede ayudar.



¿Qué es el Estudio prenatal de detección de riesgos Healthy Start?

El Estudio prenatal de detección de riesgos Healthy Start es un conjunto de preguntas que ayudan a detectar si existe algo en su salud, el ambiente donde actualmente vive o en sus actividades diarias que pudiera causarle problemas a usted o su bebé.

Las respuestas a todas las preguntas son **confidenciales** y sólo se utilizarán para ayudarle a tener la mejor atención posible para un embarazo saludable.

¿Por qué necesitaría hacer un Estudio prenatal de detección Healthy Start?

Cualquier mujer puede experimentar riesgos del embarazo que puedan llevar a que el bebé nazca muy pequeño o antes de tiempo.

Decir "Sí" al estudio nos ayudará a recolectar información que puede mejorar el cuidado de la salud para todas las mamás y bebés de Florida.

En base a los resultados de su estudio, se le ofrecerán ciertos servicios. Recibir o no estos servicios es decisión suya.

Si responde que "Sí" desea participar en el programa Healthy Start, una persona del programa se comunicará con usted. El personal del programa le explicará los resultados del estudio de detección y responder a sus preguntas.

Le ayudarán a determinar sus necesidades y a encontrar servicios en su área que contribuirán a que tenga un embarazo y un bebé saludables.

Los servicios del Programa Healthy Start pueden incluir:

- Educación y apoyo para padres
- Preparación/Educación para el parto
- Educación para la lactancia
- Ayuda para reducir el estrés
- Ayuda para dejar de fumar
- Ideas para una alimentación saludable
- Información para planear y programar futuros embarazos para una mejor salud
- Vínculos con otros servicios en la comunidad

Las decisiones que tome ahora son importantes para la salud del bebé.

Asegúrese de:

- Asistir a todas sus visitas prenatales.
- Comer alimentos saludables para usted y su bebé.
- Evitar tomar alcohol, fumar cigarrillos y consumir drogas o tabaco.
- Cuidar sus dientes y encías.
- Mantenerse activa todos los días.
- Evitar los baños vaginales.
- Llamar a su médico de inmediato en caso de tener sensación de ardor al orinar, o si piensa que tiene alguna infección.
- Hablar con su médico o partera sobre los conteos cuando se mueve el bebé.

Llame a su médico o partera de inmediato en caso de presentar señales de labor de parto prematura, que pueden incluir:

- Calambres en el abdomen
- Lumbalgia
- Sensación de que el bebé empuja mucho hacia abajo
- Sangrado o agua de la vagina
- Contracciones cada 10 minutos o menos

¡Todo bebé se merece un comienzo saludable!