

El cuidado después del embarazo

Seguir con un plan puede ser muy importante tanto para usted como para su bebé. Use esta información por su propio bien y el de su nueva familia.

Creación de un plan de cuidado después del embarazo mientras esté en el hospital

✓ Su consulta después del parto debe hacerse el mismo día que le den de alta del hospital. Debe hacer también su segunda cita antes de que transcurran siete (7) días después del alta hospitalaria.

✓ Si tiene necesidades especiales que puedan impedirle acudir a las citas después del parto, como falta de transporte, dígaselo a las personas encargadas de planificar el alta hospitalaria para que puedan ayudarla a hacer las gestiones necesarias y permitirle acudir a sus citas.

✓ El personal del hospital puede ayudarla a encontrar médicos o terapeutas para después del parto.

✓ Participe activamente en su atención después del parto.

Acuda a sus citas:

✓ Asegúrese de acudir a todas las citas programadas después del parto.

✓ Asegúrese de escribir todas sus preguntas para que pueda hacerlas durante sus citas.

Medidas que debe tomar antes de irse del hospital:

✓ Asegúrese de escribir las fechas y horas de sus citas.

✓ Escriba el nombre del médico o terapeuta que la estará atendiendo.

✓ Verifique que tenga los datos correctos del número telefónico y la dirección del médico o terapeuta.

✓ Si corresponde, infórmele a su familia los datos de sus citas después del parto y anímelos a participar.

✓ Si necesita hacer gestiones de transporte, recuerde programar el transporte con tiempo para asegurarse de llegar a tiempo a la cita.

Su obstetra/ginecólogo o médico de atención primaria

✓ Es importante que su obstetra/ginecólogo o médico de atención primaria reciba información sobre cualquier uso de sustancias durante o después del embarazo. Es necesario obtener el consentimiento escrito de su parte para coordinar la atención adecuada. Asegúrese de preguntarle al personal del hospital sobre la coordinación de sus cuidados con su obstetra/ginecólogo o médico de atención primaria.



Lista de verificación para los cuidados después del embarazo

Información del plan médico	Médicos
Nombre del plan médico: Número en la tarjeta médica o de seguro: _____	Obstetra/Ginecólogo: _____ Teléfono: _____
Núm. de grupo: _____	Médico de atención primaria: Teléfono: _____
	Pediatra: _____ Teléfono: _____

Exámenes médicos preventivos recomendados para bebés:

Consulta núm. 1 –Primera señal de embarazo	Segunda consulta – 2 meses de edad
Nombre del médico: _____ Fecha de la cita: _____ Hora de la cita: _____ Acudió: sí / no Instrucciones especiales:	Nombre del médico: _____ Fecha de la cita: _____ Hora de la cita: _____ Acudió: sí / no Instrucciones especiales:
Tercera consulta – 4 meses de edad	Cuarta consulta – 6 meses de edad
Nombre del médico: _____ Fecha de la cita: _____ Hora de la cita: _____ Acudió: sí / no Instrucciones especiales:	Nombre del médico: _____ Fecha de la cita: _____ Hora de la cita: _____ Acudió: sí / no Instrucciones especiales:
Quinta consulta – 9 meses de edad	Sexta consulta – 12 meses de edad
Nombre del médico: _____ Fecha de la cita: _____ Hora de la cita: _____ Acudió: sí / no Instrucciones especiales:	Nombre del médico: _____ Fecha de la cita: _____ Hora de la cita: _____ Acudió: sí / no Instrucciones especiales:



Patrocinado por ValueOptions de Kansas y el Departamento de Servicios Sociales y de Rehabilitación de Kansas