



Cuidando de Mí y de Mi Bebé (Taking Care of Baby and Me®)

Durante y después del embarazo

Guía de recursos



Apoyo en cada etapa del embarazo y el parto

Para tener un embarazo saludable es necesario trabajar en equipo. Al inscribirse en Amerigroup Community Care, usted dio un paso importante para tomar decisiones informadas sobre su cuidado médico. Mientras cursa su embarazo, esta guía le proporcionará información sobre los beneficios del plan y los recursos que apoyan su bienestar. No está sola. Estamos listos para responder cualquier pregunta que pueda tener a lo largo del embarazo. Puede llamar a nuestro equipo de Servicios para Miembros de lunes a viernes de 7 a.m. a 7 p.m. hora del Este, o a nuestra Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas en cualquier momento, de día o de noche.

Estos son algunos pasos a seguir mientras se prepara para la llegada de su bebé:



- ✓ **Para mantenerse saludable durante el embarazo, programe una visita a su proveedor de cuidados médicos de obstetricia**

Un proveedor de cuidados médicos de obstetricia (OB) es un experto médico en la atención durante el embarazo. Puede ser un médico u otro proveedor de cuidados médicos, como un enfermero, que ha recibido capacitación y educación especial para la provisión de atención durante el embarazo. Lo visitará para las consultas prenatales durante el embarazo y para las consultas posparto después de dar a luz. Este profesional trabajará con usted para determinar sus riesgos de salud y la ayudará a programar las citas que necesite durante el embarazo.

Durante las consultas, su proveedor de OB responderá sus preguntas sobre el embarazo y el parto, incluidos los siguientes temas:

- Nutrición: qué alimentos debe comer y cuáles debe evitar.
- Opciones para el parto.
- Cómo mantenerse activa de manera segura durante el embarazo.
- Salud mental: cambios normales y signos de advertencia.
- Medicamentos y suplementos.
- Cómo alimentar a su bebé.
- Planificación familiar.

- ✓ **Para mantener sus beneficios, informe al Departamento de Salud Comunitaria (DCH) de Georgia que está embarazada**

¿Qué preguntas quiere hacerle a su proveedor de OB?

Puede escribirlas a continuación para llevarlas a su próxima visita:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Puede utilizar la herramienta **Encontrar un doctor (Find a Doctor)** en nuestro sitio web para buscar un proveedor de OB en su zona.





Recompensas Saludables

Usted puede obtener incentivos por asistir a sus visitas de salud. Puede canjear sus Recompensas Saludables (Healthy Rewards) por tarjetas de regalo en una de las tiendas que figuran en el Centro de recompensas de beneficios (Benefit Reward Hub).



Para inscribirse en el programa Recompensas Saludables, visite la página de beneficios en myamerigroup.com/ga. Una vez allí, inicie sesión en el Centro de recompensas de beneficios y diríjase al portal de Recompensas Saludables. También puede llamar a Recompensas Saludables al **888-990-8681 (TTY 711)** de lunes a viernes de 9 a.m. a 8 p.m. hora del Este.

Si tiene Medicare y Medicaid (doble elegibilidad), es posible que no reúna los requisitos para el programa Recompensas Saludables. Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) tienen normas para los beneficios de doble elegibilidad. Llame a [Servicios para Miembros](#) para averiguar qué beneficios le corresponden.



Programa Digital de Maternidad

Amerigroup ofrece un programa digital de educación prenatal y posparto que personaliza su atención. El programa se encuentra disponible a través de una aplicación para teléfonos inteligentes, lo que significa que puede utilizarla en el momento y el lugar que le resulten cómodos. Cuando comience con el programa, se le pedirá que complete un cuestionario de salud y embarazo que nos ayuda a conocerla mejor. Las respuestas que proporcione en el cuestionario nos ayudarán a darle el nivel de apoyo que se ajuste a sus necesidades individuales.

Con la aplicación, podrá acceder a todos estos temas (y más) cuando a usted le resulte conveniente:

- Educación sobre salud general, prenatal y posparto
- Funciones de seguimiento que le permiten documentar y visualizar su salud y el crecimiento de su bebé



- Herramientas, como un contador de contracciones y uno de patadas, que la ayudarán a monitorear su progreso y el bienestar de su bebé
- Listas de verificación que la ayudarán a prepararse para la llegada del bebé

Visite el sitio web de Amerigroup para obtener más información sobre el Programa Digital de Maternidad y para inscribirse



Embarazo saludable y parto seguro

Sus decisiones a lo largo del embarazo pueden ayudarla a tener un embarazo saludable y un parto seguro. Puede estar tranquila al saber que cuenta con su equipo de bienestar.

Durante las visitas, su proveedor de OB la ayudará a prepararse para el nacimiento de su bebé. Juntos, pueden crear un plan de parto, analizar sus preguntas y encontrar maneras de ayudarla a sentirse tranquila con su atención.

Recursos útiles:

- **Health A to Z:** ¿Quiere obtener información sobre el embarazo y temas de salud? Busque su tema de salud en Health A to Z en myamerigroup.com/ga.
- **Count the Kicks:** Visite countthekicks.org para obtener información sobre la importancia de controlar los movimientos de su bebé durante el tercer trimestre del embarazo.

Asistencia adicional

Nuestro programa de administración de casos le ofrece apoyo personalizado de un enfermero que puede ayudarla a manejar sus necesidades personales durante el embarazo y después del parto. Su administrador de casos de OB puede ayudarla a programar sus visitas de salud, encontrar recursos en la comunidad y a tomar decisiones informadas antes y después del parto.

Si desea obtener una referencia para el programa de administración de casos, llame a [Servicios para Miembros](#) y solicite que la comuniquen con un administrador de casos de OB.

Doulas

¿Alguna vez escuchó hablar de una doula? Las doulas son profesionales capacitadas que proporcionan continuamente apoyo físico, emocional e informativo a sus clientes antes, durante y poco después del parto. Pueden ayudar a hacer que la experiencia sea tan segura y saludable como sea posible. Las doulas pueden ayudar a mejorar los resultados del parto para usted y su bebé, y podrían tener un impacto positivo en la familia entera. Para obtener más información sobre las doulas, visite [March of Dimes](https://marchofdimes.org).

La Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas está disponible las 24 horas, los 7 días de la semana para responder cualquier pregunta de salud, incluso cuando el consultorio de su proveedor de OB está cerrado.

Consumo de sustancias y embarazo

No hay ninguna cantidad de alcohol, tabaco o drogas que resulte segura durante el embarazo. La prioridad de su proveedor de cuidados médicos de OB es asegurarse de que usted y su bebé estén saludables. Le recomendamos que hable abiertamente con su proveedor de OB sobre las sustancias que consume. El proveedor puede trabajar con usted para diseñar un plan seguro y detener el consumo de alcohol, tabaco y drogas que pueda dañarlos a usted y a su bebé.



Recursos útiles:

- **Smokefree.gov:** Apoyo, consejos, herramientas y asesoramiento especializado para ayudarla a dejar de fumar.
- **Línea de ayuda nacional de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA):** Esta línea de ayuda gratuita ofrece referencias para el tratamiento de personas que padecen problemas de salud mental o abuso de sustancias. **Llame al 800-662-4357 (TTY 711)**, disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.
- **Quitline:** Si está pensando en dejar de fumar y le gustaría recibir algo de ayuda, es posible que Quitline sea lo que necesita para lograrlo. Quitline ofrece orientación gratuita por teléfono para ayudarla a dejar de fumar. Llame al **800-QUIT-NOW (800-784-8669)** en cualquier momento para hablar de manera confidencial con un asesor para dejar de fumar altamente capacitado.
- **Smokefree Women:** Apoyo, consejos, herramientas y asesoramiento especializado que se enfocan en ayudar a las mujeres a dejar de fumar. Visite el sitio women.smokefree.gov.

Es de gran ayuda encontrar un proveedor (pediatra) de su confianza para su bebé antes del nacimiento. Puede usar la herramienta **Encontrar un doctor (Find a Doctor)** en el sitio web de Amerigroup para buscar uno.



Su plan de parto

Un plan de parto le permite asegurarse de que los enfermeros y proveedores de cuidados médicos de OB que la ayudarán en el parto de su bebé tengan en cuenta sus elecciones durante el trabajo de parto y el parto. Su plan puede incluir los tipos de medicamentos que desea o no tomar, quién quiere que la acompañe en la habitación cuando nazca su bebé y cualquier práctica religiosa o cultural que usted siga.



Armar un plan de parto puede ayudarla a sentirse mejor preparada para el trabajo de parto y el parto. Asegúrese de hablar sobre su plan de parto con su proveedor de cuidados médicos de OB.

A continuación, se enumeran algunas preguntas que debe responder para comenzar su plan de parto:

¿Dónde desea dar a luz a su bebé?



¿Desea tener contacto piel a piel con su bebé dentro de la hora posterior al nacimiento (recomendado)?

¿Quién quiere que esté con usted en la habitación durante el trabajo de parto y el parto?

¿Hay alguna tradición que desee respetar antes y durante el nacimiento de su bebé?

¿Quién quiere que corte el cordón umbilical?

Para obtener más información sobre planes de parto y encontrar un ejemplo de plan de parto, visite marchofdimes.org.



Cómo cuidar de usted misma y de su bebé

Luego del nacimiento de su bebé, durante la visita de seguimiento con su proveedor de cuidados médicos de OB, el profesional se asegurará de que su cuerpo esté sanando y la ayudará a adaptarse a la vida con el recién nacido. **Es recomendable visitar al proveedor de OB entre 1 y 6 semanas después del parto, pero no deje que pasen más de 12 semanas.** Es probable que su proveedor de OB quiera verla antes de las tres semanas posteriores

al parto si usted tuvo un embarazo de alto riesgo o un parto por cesárea. Usted es elegible para una cobertura posparto de 12 meses conforme a los beneficios del programa Georgia Families.



Puede obtener **Recompensas Saludables** por asistir a la visita posparto.

Cuidado de control del bebé

La Academia Americana de Pediatría (AAP) sugiere realizarle un chequeo a su bebé en el momento del nacimiento y entre los 3 y 5 días después de nacido.¹ El proveedor de cuidados médicos de su bebé también querrá verlo con frecuencia hasta que tenga más o menos 3 años. El objetivo de estas visitas es asegurarse de que esté creciendo y desarrollándose como debería. Durante las consultas de control del bebé, el proveedor de cuidados médicos de su bebé le realizará un examen físico. También es posible que le pregunte sobre el historial de salud de su familia, le recomiende vacunas, le coloque inyecciones, le hable sobre salud dental y examine la vista y la audición de su bebé, además de hablarle sobre otros temas de salud importantes. Este profesional puede proporcionarle el mejor cuidado si trabaja junto a usted.

El proveedor de cuidados médicos de su bebé es su socio hasta que su bebé se convierta en adulto. Asegúrese de comunicarse con el proveedor si tiene alguna preocupación con respecto a la salud de su bebé. Le hará preguntas y le dará sus comentarios. Si su bebé está enfermo o no se siente bien, su proveedor puede guiarla para que obtenga el tipo de atención adecuada.

Recursos útiles:

- **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC):** Puede realizar un seguimiento del desarrollo de su hijo en cdc.gov/ncbddd/actearly/index.html.
- **March of Dimes:** Lea sobre las últimas investigaciones y temas que la ayudarán a mantenerse y mantener a su bebé saludables en marchofdimes.org.
- **Aplicación Sigamos el desarrollo de los CDC:** Realice un seguimiento de los indicadores del desarrollo de su bebé desde los 2 meses hasta los 5 años. Descargue la aplicación Sigamos el desarrollo de los CDC de la tienda de aplicaciones hoy.
- **Healthy Children:** Acceda a educación para padres proporcionada por pediatras en healthychildren.org/English/Pages/default.aspx.

¹ Academia Americana de Pediatría: *Recommendations for Preventive Pediatric Health Care* (Recomendaciones de cuidado médico pediátrico preventivo) (Junio de 2024): https://downloads.aap.org/AAP/PDF/periodicity_schedule.pdf

Lactancia materna

La lactancia materna es una decisión saludable para el crecimiento y desarrollo de su bebé. La Academia Americana de Pediatría recomienda que la lactancia materna sea la única fuente de nutrición para el bebé hasta por lo menos los 6 meses de edad. Independientemente del método de alimentación que elija, es muy importante asegurarse de que su bebé reciba suficiente alimento. Es posible que un bebé que está molesto, llora, se ve hambriento, no parece satisfecho luego de alimentarse y moja menos de 6 a 8 pañales en un día no esté recibiendo suficiente alimento. Si le preocupa que su bebé no esté comiendo lo suficiente, llame al proveedor de cuidados médicos de su bebé.¹ Para obtener más información sobre la alimentación del bebé, visite kidshealth.org/en/parents/feednewborn.html.

Recursos útiles:

- **Programa para Mujeres, Bebés y Niños (WIC):** El programa WIC proporciona apoyo comunitario para la lactancia. Lea cómo inscribirse en la sección **Recursos comunitarios** de esta guía.
- **La Leche League International:** Este programa proporciona educación, estímulo y apoyo de madre a madre sobre la lactancia. Para encontrar su liga local, visite [Illi.org](https://www.llli.org).
- **Infant Risk Center:** Encuentre respuestas a sus preguntas sobre lactancia materna y medicamentos. Llame al **806-352-2519 (TTY 711)** o visite [infantrisk.com](https://www.infantrisk.com).

Es posible que Amerigroup cubra el costo de un sacaleches. Llame a Servicios para Miembros al **800-600-4441 (TTY 711)** para averiguar cómo puede obtener un sacaleches.

Administración de casos de la Unidad de cuidados intensivos neonatales (NICU)

Si su bebé nació de manera prematura o con una condición médica grave, es posible que lo admitan en la NICU. Creemos que mientras más sepa, mejor podrá cuidar a su bebé. Para proporcionarle apoyo, contamos con un programa de Administración de casos de la NICU.

La apoyamos al ayudarla a prepararse y preparar su casa para cuando su bebé reciba el alta del hospital. Una vez que su bebé esté en casa, nuestros administradores de casos continuarán proporcionándole información y asistencia para mejorar la salud de bebé, evitar readmisiones hospitalarias innecesarias y conectarla con recursos comunitarios si es necesario.

La NICU puede ser un lugar estresante que presenta desafíos únicos y preocupaciones que posiblemente nunca imaginó. La ansiedad y el estrés relacionados con tener un bebé en la NICU pueden potencialmente provocar síntomas de trastorno de estrés postraumático (PTSD) en los padres y cuidadores. Para reducir el impacto del PTSD entre nuestros miembros, hacemos lo siguiente:

- Ayudamos a que participen en programas de apoyo en el hospital.
- Proporcionamos pruebas de detección de un posible PTSD.
- Los conectamos con recursos de programas de salud conductual y apoyo comunitario según sea necesario.
- Les preguntamos activamente qué opinan de los recursos proporcionados y cómo un mayor conocimiento del PTSD los ayudó.

Si desea obtener una referencia para el programa de administración de casos, llame a Servicios para Miembros y solicite que la comuniquen con un administrador de casos de la NICU.

Recursos útiles:

- **Graham's Foundation:** Ofrece apoyo, defensoría e investigación para bebés prematuros y sus familias.
- **Aplicación MyPreemie de Graham's Foundation:** Proporciona apoyo a padres y familias con bebés prematuros. [iTunes](#) [Google Play](#)
- **March of Dimes™:** Lea sobre las últimas investigaciones y temas relacionados para mantenerlos a usted y a su bebé saludables.
- **Aplicación Compass de March of Dimes™:** Proporciona respuestas, herramientas y apoyo para que pueda concentrarse en su bebé durante este tiempo. [iTunes](#) [Google Play](#)

¹ Academia Americana de Pediatría: *Breastfeeding* (Lactancia materna) (Abril de 2024): aap.org.





Sueño seguro

La muerte súbita inesperada del lactante (SUID), que incluye el síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL), es la principal causa de muerte por lesiones entre los bebés. El sueño es un desafío importante para las familias con bebés, pero si se siguen los pasos correctos, muchas muertes por SUID pueden prevenirse. Usted, o cualquier persona que cuide a su bebé cuando usted no está, puede reducir el riesgo de muerte relacionada con el sueño si sigue estos pasos.

- Asegúrese de que su bebé duerma de espalda, solo y en su propio espacio especial para dormir. Esto puede ser una cuna, una cama pequeña solo para bebés o un área de juego que también es segura para dormir. Debe tener un colchón firme y plano y una sábana bien ajustada.
- No permita que su bebé duerma en el sofá, en una silla, en un columpio ni en el asiento del automóvil (a menos que realmente esté en el automóvil).

Llame al 911 de inmediato si siente que quiere lastimarse o lastimar a su bebé. También puede llamar a la Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas al **800-600-4441 (TTY 711)**.



- No deje elementos como mantas sueltas, almohadas, juguetes de peluche, almohadones para los bordes de la cuna y otras cosas blandas en el espacio de dormir del bebé.
- Intente amamantar y no fume cerca del bebé.

Hable con el proveedor de cuidados médicos de su bebé si tiene preguntas o preocupaciones relacionadas con el sueño seguro.¹

Depresión posparto

La depresión posparto (PPD) es común y se puede tratar. De acuerdo con los CDC, alrededor de una de cada ocho mujeres experimentan síntomas de depresión posparto. Es probable que esté sufriendo PPD si:

- Se siente ansiosa o deprimida la mayor parte del día, todos los días.
- Le cuesta establecer un vínculo con su bebé.
- No se siente mejor después de dos semanas de haber dado a luz a su bebé.

Su bienestar emocional es tan importante como su salud física. El primer paso para sanar es pedir ayuda. Su proveedor de OB puede armar un plan de apoyo para usted si está dispuesta a compartir lo que siente.²

Recursos útiles:

- **Postpartum Support International:** Visite [postpartum.net](https://www.postpartum.net) o llame al **800-944-4773 (TTY 711)** las 24 horas, los 7 días de la semana, y siga las indicaciones para comunicarse con alguien.
- **What to Expect:** Visite [whattoexpect.com](https://www.whattoexpect.com) y busque “depresión posparto” (postpartum depression).
- **Línea Directa Nacional de Salud Mental Materna:** Llame o envíe un mensaje de texto al **833-TLC-MAMA (833-852-6262)** para obtener asistencia gratuita y confidencial las 24 horas, los 7 días de la semana antes, durante y después del embarazo. Visite mchb.hrsa.gov/national-maternal-mental-health-hotline.
- **Share Organization:** Apoyo, recursos e información para las personas que han sufrido la pérdida de un bebé. Visite nationalshare.org.

1 Academia Americana de Pediatría: *Safe Sleep* (Sueño seguro) (21 de agosto de 2023): [aapw.org](https://www.aapw.org).

2 Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: *Symptoms of Depression Among Women* (Síntomas de la depresión entre las mujeres) (15 de mayo de 2024): [cdc.gov](https://www.cdc.gov).

Planificación familiar

Si desea tener otro bebé, hable con su proveedor antes de intentar quedar embarazada nuevamente. Quedar embarazada demasiado pronto después de haber dado a luz puede ocasionar que el próximo embarazo presente un alto riesgo de parto prematuro. Se aconseja esperar un periodo de al menos 18 meses entre embarazos. Su cuerpo necesita el tiempo adecuado para sanar y recuperarse.¹

Hasta que esté lista para otro embarazo, puede elegir entre numerosas opciones de planificación familiar. El control de natalidad reversible de acción prolongada (LARC) es una opción para evitar el embarazo mediante un dispositivo que el proveedor coloca dentro del brazo o del útero. Permanece allí hasta que usted desee que se lo quiten. Hable con su proveedor sobre las mejores opciones para usted y los efectos que tienen en su cuerpo. La Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas puede responder cualquier pregunta que tenga sobre el método que usted elija. Llame a Servicios para Miembros para conocer su cobertura de planificación familiar.

Si presenta alguna condición médica o toma algún medicamento, hable con su proveedor sobre los efectos que esto puede tener en su próximo embarazo. Es probable que el proveedor le sugiera tomar una vitamina prenatal con ácido fólico antes de quedar embarazada para proteger la salud de su bebé.²

Puede leer sobre planificación familiar si busca “antes del embarazo” (preconception) en [cdc.gov](https://www.cdc.gov). También puede buscar “anticoncepción” (contraception) para conocer métodos de planificación familiar.



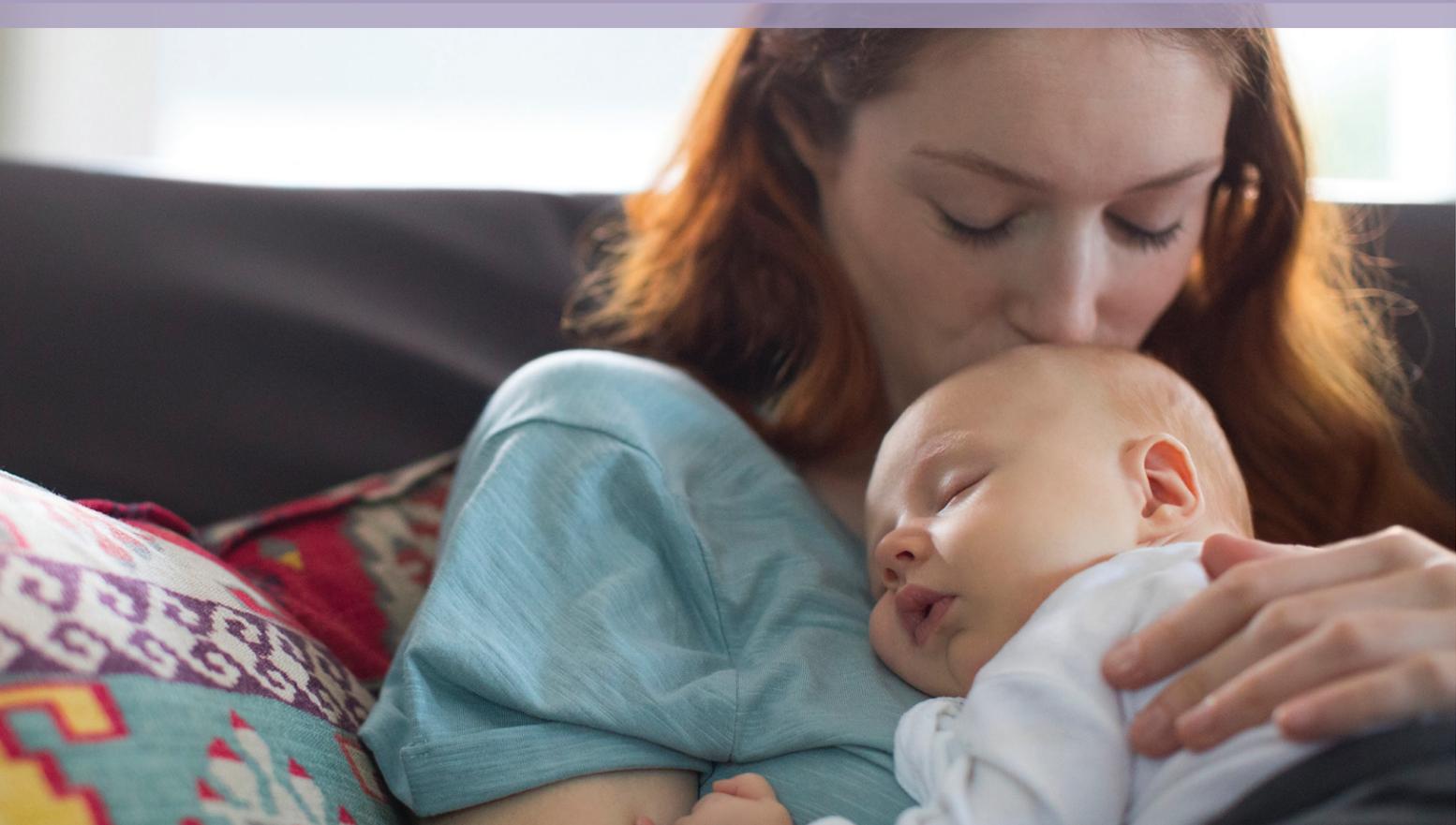
1 American College of Obstetricians and Gynecologists: *Interpregnancy Care* (Enero de 2024): [acog.org](https://www.acog.org).

2 Sitio web de March of Dimes, *Folic Acid* (consultado en septiembre de 2020): [marchofdimes.org](https://www.marchofdimes.org).

Recursos útiles:

- **Oficina para la Salud de la Mujer:** Puede visitar [womenshealth.gov](https://www.womenshealth.gov) o llamar al **800-994-9662 (TDD 888-220-5446)** si tiene preguntas sobre temas de salud o sus programas especiales.
- **Dispositivos de anticoncepción reversible de acción prolongada (LARC):** Puede leer más sobre dispositivos intrauterinos (DIU) e implantes, además de otros métodos de planificación familiar en [cdc.gov](https://www.cdc.gov).





Cobertura médica para usted y su bebé

Nuestro objetivo es cuidar su salud y la de su bebé. Para que su bebé mantenga la cobertura, comuníquese con Georgia Families llamando al **888-423-6765** e informe sobre su embarazo antes y después del parto.

Usted es elegible para una cobertura posparto de 12 meses conforme a los beneficios del programa Georgia Families.

Se inscribirá automáticamente a su bebé en su plan de salud después del nacimiento. a menos que elija otro plan para su bebé, se le asignará automáticamente su plan al recién nacido. Si no elige un proveedor de atención primaria (PCP) dentro de los primeros 30 días calendario posteriores al nacimiento, se le asignará uno al bebé.



Le recomendamos asegurarse de seguir inscrita todos los años.

Usted deberá renovar sus beneficios cada 12 meses para conservarlos. Si no realiza la renovación a tiempo, podría perder sus beneficios.

1. Esté pendiente de un aviso en el correo. Recibirá un aviso de renovación de Georgia Gateway por correo.
2. Visite el sitio web de Georgia Gateway en gateway.ga.gov. Luego, inicie sesión o cree una cuenta.
3. Complete la renovación en línea. También puede llamar a Georgia Gateway al **877-423-4746 (TTY 800-255-0135)**.

Si tiene preguntas, también puede llamar a Servicios para Miembros. Estamos aquí para ayudarla.



Recursos comunitarios

¿Necesita ayuda para pagar sus facturas o conseguir comida o vivienda? Nos asociamos con organizaciones locales para ayudarla a encontrar recursos para recibir asistencia. Simplemente visite el sitio web de Amerigroup para encontrar una organización cerca de usted.

Programa para Mujeres, Bebés y Niños (WIC)

WIC es un programa que ofrece numerosos recursos a familias con niños. Puede recibir cupones de alimentos, educación sobre salud y consejería de pares para obtener apoyo moral en la crianza de los hijos.

Para leer acerca del programa y saber si califica:

1. Visite fns.usda.gov/wic.
2. Ingrese a **Cómo presentar una solicitud (How to Apply)**.
3. Busque la información de contacto de su estado.

Atención prenatal grupal

¿Alguna vez escuchó hablar de la atención prenatal grupal? Se trata de una atención prenatal que reúne a personas embarazadas que tienen fechas de parto cercanas en cómodos entornos grupales en lugar de salas de examen. Les da la oportunidad de encontrarse con otros padres para hablar con su proveedor de OB y sus enfermeros. Los padres que han participado en la atención prenatal grupal a menudo comparten que creen que aprenden más del embarazo y se sienten mejor preparados con respecto a qué esperar durante el trabajo de parto y el parto.¹

- Puede asistir a sus visitas prenatales con otros padres y madres que están en la misma etapa de embarazo o en una etapa similar.
- Se reunirá con un grupo e intercambiará experiencias para aprender sobre el embarazo.
- Tiene varias visitas prenatales que duran hasta dos horas e incluyen tiempo a solas con su proveedor de cuidados médicos de OB.

Recurso útil:

- **CenteringPregnancy™:** centeringhealthcare.org/what-we-do/centering-pregnancy

Nurse-Family Partnership — Helping First-Time Parents Succeed®

¿Es una madre primeriza que cursa la primera o segunda etapa (trimestre) del embarazo? Si la respuesta es afirmativa, Nurse-Family Partnership puede ser un excelente recurso para usted. Un enfermero irá a su casa para ofrecerle apoyo durante todo el embarazo y hasta que su bebé cumpla 2 años. Para leer sobre el programa o saber si hay algún sitio cercano, **visite:** nursefamilypartnership.org.

Promoción de Recursos para madres

Recursos para madres (RM) es un programa de trabajadores de salud comunitaria capacitados que promueven la salud y el bienestar de las madres y los bebés de Amerigroup.

RM trabaja con enfermeros administradores de casos para ayudar a las madres a:

- Aprender comportamientos saludables.
- Coordinar transporte que no sea de emergencia.
- Programar citas con el médico.
- Obtener apoyo y servicios sociales.
- Conectar a las madres con el Programa de Nutrición Suplementaria Especial para Mujeres, Bebés y Niños (WIC).

Si tiene preguntas sobre Recursos para madres o quiere recibir más información, comuníquese con el departamento de Administración de casos llamando al **833-763-2459**.

¹ American College of Obstetricians and Gynecologists: Group Prenatal Care (Abril de 2024): acog.org.

Servicios para Miembros: **800-600-4441 (TTY 711)**
Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas:
800-600-4441 (TTY 711)

myamerigroup.com/ga



La información de este documento solo tiene fines educativos. No debe usarse como consejo médico.