

Directrices de atención médica preventiva de Presbyterian Health Plan (2017-2018)

Una guía para los asegurados



Embarazo

- Consulte a un proveedor de servicios médicos en cuanto crea que pudiera estar embarazada.
- Su proveedor de servicios médicos le dirá cuán a menudo usted tiene que consultarle después de su primera consulta; por lo general, cada cuatro semanas hasta su último trimestre, entonces será cada dos semanas y luego todas las semanas del último mes.
- Tendrá que consultar a su proveedor de servicios médicos de nuevo en las cuatro a seis semanas después de dar a luz.
- Cumpla estas directrices además de las que se indican para su edad.

Semanas 4 a 8

Lo que puede esperar	En la primera consulta con su proveedor de servicios médicos, se le hará un reconocimiento físico completo, le sacarán sangre para las pruebas de laboratorio, calcularán la fecha de parto, le harán un examen de los senos, un examen pélvico para examinar su útero (vientre) y un examen cervical, incluso la prueba Papanicolaou.
Hable con su proveedor de servicios médicos	<ul style="list-style-type: none">• Nutrición equilibrada, consumo de calorías ideal y aumento de peso• Multivitaminas con ácido fólico• Vacuna contra la gripe• Dejar de usar tabaco y el impacto de fumar pasivamente• Uso de bebidas alcohólicas y otras drogas• Cinturón de seguridad cruzado o sobre el regazo
Pruebas prenatales	<ul style="list-style-type: none">• Su tipo de sangre y factor Rh• Anemia• Infecciones, por ejemplo enfermedades de transmisión sexual• Indicios de su inmunidad a la rubeola y varicela
Otras pruebas de detección prenatales que se pudieran hacer	<ul style="list-style-type: none">• Amniocentesis (para detectar ciertos defectos congénitos)• Vellosidad coriónica (para detectar ciertos defectos congénitos)• Pruebas de detección del primer trimestre y prueba ultrasonido• Prueba de detección del suero materno [AFP por sus siglas en inglés] (para detectar si hay un alto riesgo de trastornos cromosómicos o defectos del tubo neural)• Prueba de detección para verificar el nivel de riesgo de contraer diabetes relacionada con el embarazo (después de 24 semanas)• Prueba sin esfuerzo (prueba de sufrimiento fetal)• Hable con su proveedor de servicios médicos acerca de otras pruebas de detección o análisis que se debe hacer.

Directrices de atención médica preventiva de Presbyterian Health Plan (2017-2018)

Una guía para los asegurados



Semanas 28 a 36	
Lo que puede esperar	Estar al tanto de los movimientos de su bebé es una buena forma de detectar indicios de sufrimiento o si se necesita la atención de un médico. Hable con su proveedor de servicios médicos acerca de vigilar el movimiento fetal.
Hable con su proveedor de servicios médicos	<ul style="list-style-type: none"> • Nutrición equilibrada, consumo de calorías ideal y aumento de peso • Multivitaminas con ácido fólico • Vacuna contra la gripe • Vacuna de refuerzo Tdap • Dejar de usar tabaco y el impacto de fumar pasivamente • Uso de bebidas alcohólicas y otras drogas • Cinturón de seguridad cruzado o sobre el regazo
Pruebas de detección que se pudiera hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Prueba de detección para verificar el nivel de riesgo de contraer diabetes relacionada con el embarazo (después de 24 semanas) • Prueba sin esfuerzo (prueba de sufrimiento fetal)
Semana 36 hasta dar a luz	
Hable con su proveedor de servicios médicos	<ul style="list-style-type: none"> • Rubeola después de dar a luz, si la necesita • Beneficios de amamantar para la salud del niño • Asientos de seguridad de auto para los niños • Importancia de la consulta posparto (consulta de seguimiento para la mamá después de nacer el bebé) • Anticonceptivos (en la consulta posparto)
Pruebas de detección prenatales que se pudieran hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil biofísico y examen ultrasonido • Infección estreptocócica de grupo B (para detectar bacteria que pudieran causar una pulmonía o una infección grave al recién nacido) <p>No deje de hacer su consulta posparto en las cuatro a seis semanas después de dar a luz.</p>

Fuentes:

Academia de Médicos de Familia de los Estados Unidos [*American Academy of Family Physicians*]. Está a su disposición en: <http://www.aafp.org/online/en/home.html>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.

Academia de Pediatría de los Estados Unidos [*American Academy of Pediatrics*]. Está a su disposición en: <http://www.aap.org>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.

Centros de Control y Prevención de Enfermedades [*Centers for Disease Control and Prevention*]. *Immunization Schedules* [Programas de vacunas]. Está a su disposición en: <http://www.cdc.gov/vaccines/schedules/index.html>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.

New Mexico Department of Health Done by One Childhood Immunization Schedule [Programa de vacunas de la niñez que termina en el primer año del Departamento de Salud de Nuevo México] <https://nmhealth.org/about/phd/idb/imp/imsc/>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.

Bright Futures Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents. [Futuros brillantes: Directrices para la supervisión de la salud de bebés, niños y adolescentes] 4ª ed. Illinois: Academia de Pediatría de los Estados Unidos [*American Academy of Pediatrics*]; 2008. Está a su disposición en: <https://brightfutures.aap.org/materials-and-tools/guidelines-and-pocket-guide/Pages/default.aspx>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.

Guidelines for Perinatal Care [Directrices para la atención médica perinatal]. 6ª ed. Academia de Pediatría de los Estados Unidos [*American Academy of Pediatrics*] y el Colegio de Obstetras y Ginecólogos de los Estados Unidos [*American College of Obstetricians and Gynecologists*]; 2007.

Instituto Nacional de Cáncer [*National Cancer Institute*]. *What You Need to Know About™ Breast Cancer* [Lo que usted debe saber acerca del cáncer mamario]. Está a su disposición en: <http://www.cancer.gov/cancertopics/wyntk/breast/page6>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.

Departamento de Servicios Humanos de Nuevo México, Código Administrativo de Nuevo México 8.308.9.17 Servicios Preventivos de Salud Física. Está a su disposición en: <http://www.nmcp.state.nm.us/nmac/parts/title08/08.308.0009.htm>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.

Tot-to-Teen Health Checks [exámenes médicos de la niñez a la adolescencia] se exigen a nivel federal para el Programa Medicaid como parte de los servicios de Pruebas Periódicas y Anticipadas de Detección, Diagnósticos y Tratamientos [*Early and Periodic Screening, Diagnostic and Treatment, EPSDT*]. Está a su disposición en: <http://www.nmcp.state.nm.us/nmac/parts/title08/08.320.0002.PDF>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.

Womenshealth.gov. *Pregnancy* [Embarazos]. Está a su disposición en: <http://www.womenshealth.gov/pregnancy/>. Se verificó la accesibilidad en 5/2017.