

Planes de salud y beneficios de calidad
Vida más saludable
Bienestar económico
Soluciones inteligentes

aetna[®]

Dele a su bebé un comienzo saludable



Programa de maternidad *Beginning Right*[®]

www.aetna.com

Nos disculpamos si recibió este folleto luego de haber sufrido la pérdida de un bebé y le ofrecemos nuestras condolencias. Puede comunicarse con nosotros para recibir información sobre el servicio de orientación para sobrellevar una muerte. Para crear este folleto, se utilizó la información sobre reclamos más reciente.

22.03.310.0.D (3/16)

¿Está embarazada?

El programa de maternidad *Beginning Right* se centra en la prevención y en la educación para ayudarla a que su bebé nazca sano y a término. Este programa está diseñado para darle un comienzo saludable a su bebé, ayudándolos a usted y a su bebé a crecer juntos y saludables. Es posible que reciba una llamada automática o de nuestro personal para ayudarla a inscribirse en el programa.

El programa le ofrece lo siguiente:

- Información (en inglés y en español) sobre atención prenatal, trabajo de parto, parto y mucho más, incluido un manual para el embarazo
- Una encuesta sobre los riesgos que pueden afectar su embarazo
- Si fuma, nuestro programa libre de nicotina puede ayudarla a dejar
- Si presenta factores de riesgo, un administrador de casos que le brindará asistencia durante su embarazo, le dará apoyo y la ayudará a encontrar la información que necesite

Cosas de las que se debe cuidar

Llame a su médico si tiene alguno de los siguientes síntomas o afecciones.

Cigarrillo

Las mujeres embarazadas que fuman corren un riesgo mayor de tener un aborto espontáneo, un nacimiento prematuro y un bebé con bajo peso al nacer. Dejar de fumar es uno de los cambios más importantes que puede hacer.

Drogas y alcohol

La ingesta de alcohol durante el embarazo puede causarle daños permanentes al bebé. Las mujeres embarazadas que consumen drogas aumentan el riesgo de tener un bebé con defectos de nacimiento. El bebé puede nacer con adicción a las drogas y mostrar síntomas de abstinencia. Infórmele a su médico acerca de las drogas que toma, incluidos los medicamentos con receta, los medicamentos de venta libre y los suplementos a base de hierbas.

Vómitos persistentes

Muchas mujeres tienen náuseas matinales durante los primeros meses del embarazo. Son normales y, por lo general, desaparecen. Pero los vómitos persistentes son peligrosos. Pueden provocarle deshidratación y evitar que aumente el peso necesario para tener un embarazo saludable.

Diabetes

Las mujeres diabéticas que controlan el nivel de azúcar en sangre corren menos riesgo de sufrir un aborto espontáneo, de tener un parto de feto muerto y de tener un bebé con defectos de nacimiento. La diabetes gestacional comienza durante el embarazo. El tratamiento incluye dieta y ejercicios. Si no se trata, el bebé puede crecer demasiado.

*Hasta agotar suministros.

Los planes de seguro de salud son ofrecidos, asegurados o administrados por Aetna Life Insurance Company y sus afiliadas (Aetna). La información sobre salud que brindan los programas es general y no sustituye el diagnóstico o el tratamiento suministrado por un médico u otro profesional de la salud. Aunque creemos que esta información es correcta en la fecha de elaboración, está sujeta a cambios. Para obtener más información sobre los planes de Aetna, visite www.aetna.com.

Trabajo de parto antes de término

El trabajo de parto antes de término comienza antes de la semana 37 de embarazo. Los bebés que nacen demasiado pronto pueden tener problemas graves. Estos son algunos de los factores de riesgo:

- Haber tenido trabajo de parto antes de término en un embarazo anterior
- Estar embarazada de mellizos, trillizos o más bebés
- Tener problemas en el útero o en el cuello uterino

Presión sanguínea alta

Las mujeres embarazadas con presión sanguínea alta corren un mayor riesgo de tener determinados problemas, como problemas con el crecimiento del bebé.

Depresión durante el embarazo

Las mujeres que estaban deprimidas antes del embarazo corren un mayor riesgo de sufrir depresión. Llame a su médico si se siente triste o deprimida durante dos semanas o más. Preste atención a estos síntomas:

- Tiene problemas de concentración
- Experimenta cambios en el apetito
- Tiene problemas para dormir o duerme demasiado
- Se siente triste o sufre ataques de llanto
- Ha perdido el interés o el placer en las actividades cotidianas

Llame a su médico de inmediato si presenta algún síntoma de trabajo de parto antes de término.

He aquí algunas señales de alerta del trabajo de parto antes de término:

- Contracciones (el abdomen se tensa como un puño) cada 10 minutos o con más frecuencia
- Cambio en la secreción vaginal (líquido o sangrado)
- Presión en la pelvis como si el bebé empujara hacia abajo
- Dolor leve en la parte baja de la espalda
- Calambres como los que se sienten durante el período menstrual
- Calambres en el abdomen, con o sin diarrea

No olvide realizar la encuesta sobre riesgos del embarazo dentro de la semana 16 para recibir su regalo.* La encuesta busca identificar factores de riesgo que puedan afectar su embarazo. Si hay riesgos, una enfermera puede ayudarla a encontrar la manera de controlarlos. Ese es el mejor regalo de todos.

Los bebés inician su vida de la mejor manera si han tenido, como mínimo, 39 semanas para desarrollarse antes de nacer.

Para más información, mire el video informativo "Waiting for Baby" (Esperando un bebé), en www.waitingforbabyvideo.com.

Únase a *Beginning Right* hoy mismo.

Llámenos al **1-800-272-3531**.

O ingrese en www.aetna.com.