

# ¿Va a tener un bebé?

Aprenda del programa que le ayudará recibir el buen cuidado que necesita desde el principio.



## ¿Conocía este programa de Medi-Cal?

Este programa le ayudará a usted y a su bebé recibir el cuidado que necesita desde el principio. El programa incluye cuidado personal que empieza en cuanto usted sepa que está embarazada y dura hasta dos meses después del parto. Este programa provee cuatro tipos de servicios:

1. Cuidado Médico
2. Servicios Sociales
3. Nutrición
4. Educación Sobre la Salud

### 1. Cuidado Médico

El cuidado médico puede ayudarle a tener un embarazo saludable. Su propio médico o enfermera la examinará por lo menos una vez al mes. Él o ella contestarán sus preguntas y le darán todo el cuidado médico que usted y su bebé necesitan.

### 2. Servicios Sociales

El embarazo es un tiempo de muchos cambios emocionales. Consejeras le ayudarán a entender sus emociones y pueden ayudarle con lo que necesite acerca de alimentos, vivienda, o empleo.

### 3. Nutrición

La comida que usted come, la alimenta a usted y también a su bebé. Una consejera en nutrición le ayudará a programar la cantidad y lo que debe de combinar en cada una de sus comidas.

### 4. Educación Sobre la Salud

Este es un tiempo de cambios y decisiones. Consejeras le ayudaran a planear su propio cuidado. Usted va a poder aprender muchas cosas sobre el parto, el nacimiento, y el cuidado de su bebé.

**Para Más Información  
Contacte A:**

