



# Espere recibir una excelente atención mientras espera a su bebé

## Cuidados de maternidad en Kaiser Permanente

En el último año, nacieron aproximadamente 120,000 bebés en Kaiser Permanente. Esto significa una gran cantidad de futuras mamás radiantes, parejas nerviosas y recién nacidos adorables. Pero también nos aseguramos de que tener a su bebé con nosotros sea una experiencia única y especial para usted y su familia en crecimiento.

### Atención personalizada por parte de un equipo dedicado

Su equipo de atención prenatal está allí para ayudar a que usted y su bebé estén saludables, para capacitarla y apoyarla durante el embarazo, además de ayudarla a tener la experiencia de parto que desea. Su equipo de atención está formado por un médico y es posible que incluya a una enfermera partera, a quien puede elegir consultar durante el embarazo.

Los **obstetras** son médicos que atienden a las mujeres embarazadas y ayudan a traer bebés al mundo. El 94 % de nuestros obstetras y ginecólogos son especialistas certificados, eso significa que recibieron una capacitación adicional para estar altamente calificados en su campo.

Las **enfermeras parteras certificadas** son enfermeras certificadas de práctica avanzada que se especializan en cuidados de maternidad y nacimientos de bebés. Las enfermeras parteras ayudan a traer al mundo a los bebés y proporcionan una atención integral centrada en la familia durante el embarazo, el trabajo de parto y después del nacimiento.<sup>1</sup>

(continúa al reverso)

[kp.org/maternity](http://kp.org/maternity)



### Apoyo para un embarazo saludable

Estamos aquí para usted, antes, durante y después del nacimiento de su bebé.

Visite [kp.org/clases](http://kp.org/clases) a fin de buscar clases y programas para padres que esperan un hijo, incluidos:<sup>2</sup>

- Preparación para el parto
- Yoga prenatal
- Lactancia materna
- Cuidado del recién nacido

Visite [kp.org/maternity](http://kp.org/maternity) (en inglés) a fin de obtener información más específica sobre los recursos disponibles para cada etapa del embarazo, el trabajo de parto y el parto, así como las primeras semanas de su bebé en casa. Visite el sitio con frecuencia para ver artículos, listas de verificación, videos, recorridos virtuales de nuestros pabellones de maternidad y más.



KAI SER PERMANENTE®

## Cómo planificar una experiencia de parto positiva

Dar a luz es un trabajo difícil, pero al final recibe una recompensa increíble. Realizar un plan para el parto le permite decirnos cómo imagina ese día a fin de que podamos hacer lo posible para satisfacer sus deseos y ayudarla a tener una experiencia segura y positiva.

- Descargue un plan para el parto en [kp.org/birthplan](http://kp.org/birthplan) (en inglés).
- Llénelo y compártalo con su proveedor de atención prenatal.
- Nosotros lo agregaremos a su historia clínica electrónica a fin de que su equipo de atención pueda revisarlo para el día del parto.

## Atención especializada para usted y bebé

Saber que su embarazo es de alto riesgo puede ser alarmante, pero muchas mujeres con embarazos de alto riesgo tienen embarazos saludables y bebés sanos. Su plan de maternidad incluirá toda la atención prenatal especializada que usted pudiera necesitar.

Si usted es una mujer con un embarazo de alto riesgo, verá a un perinatólogo, que se especializa en embarazos complicados. Si su bebé necesita cuidados especiales (Tender Loving Care, TLC) adicionales, nuestros equipos de cuidados intensivos neonatales altamente capacitados proporcionan cuidados especializados para los recién nacidos con necesidades particulares.

## Lactancia materna para su bebé y un inicio de vida saludable

Los expertos recomiendan alimentar a su bebé únicamente con leche materna durante los primeros 6 meses. Aprender a amamantar puede ser difícil y frustrante, muchas madres primerizas tienen dificultades al principio.

Si usted decide amamantar a su bebé, recibirá todo nuestro apoyo. Las asesoras en lactancia certificadas están disponibles para brindarle apoyo personalizado, en el hospital y una vez que esté en casa.

Para obtener más información, visite [kp.org/breastfeeding](http://kp.org/breastfeeding) (en inglés).

<sup>1</sup>Las enfermeras parteras no están disponibles en todos los centros de atención de Kaiser Permanente.

<sup>2</sup>Las clases varían en cada centro de atención y es posible que algunas requieran un pago.

Planes de salud de Kaiser Permanente en todo el país: Kaiser Foundation Health Plan, Inc. en las regiones Norte y Sur de California y en Hawaii • Kaiser Foundation Health Plan of Colorado • Kaiser Foundation Health Plan of Georgia, Inc., Nine Piedmont Center, 3495 Piedmont Road NE, Atlanta, GA 30305, 404-364-7000 • Kaiser Foundation Health Plan of the Mid-Atlantic States, Inc., en Maryland, Virginia y Washington, D.C., 2101 E. Jefferson St., Rockville, MD 20852 • Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest, 500 NE Multnomah St., Suite 100, Portland, OR 97232 • Kaiser Foundation Health Plan of Washington o Kaiser Foundation Health Plan of Washington Options, Inc., 601 Union St., Suite 3100, Seattle, WA 98101