

## **PLAN MATERNO INFANTIL**

### **FUTURAS MAMÁS.**

En caso de decidir tener un hijo es recomendable realizar una visita al ginecólogo para descartar enfermedades y evitar complicaciones futuras en el embarazo y en el parto.

Una vez diagnosticado el embarazo deberás realizar controles con tu médico obstetra con regularidad para proteger tu salud y la de tu bebé.

Si fumas, es el mejor momento para dejar de hacerlo.

### **¿CÓMO SON LAS CONTROLES EN EL EMBARAZO?**

En la primera consulta el médico confeccionará tu historia clínica en base a tus antecedentes y realizará un examen físico general y ginecológico, calculando el tiempo de embarazo y estableciendo una fecha probable de parto.

Te pedirá análisis de sangre y orina, un Papanicolau y una colposcopia, una ecografía obstétrica y una evaluación cardiológica.

Te aconsejará concurrir a un odontólogo para cuidar tu dentadura y evitar focos infecciosos, y si es necesario a un nutricionista, que te ayude a mantener una adecuada alimentación.

Se te informará en esa visita la fecha de tu próximo control, y si no hay ningún factor de riesgo deberás volver una vez al mes hasta la semana 35, cada 15 días hasta la semana 38 y semanalmente desde allí hasta el momento del parto.

Se repetirán en el transcurso de tu embarazo, análisis, ecografías y cerca de la fecha de parto se realizará el monitoreo fetal.

El médico te explicará como preparar tus senos para la futura lactancia y también te indicará la aplicación de la vacuna antitetánica y Sabin en el 5º mes.

### **ATENCIÓN DEL PARTO Y DEL RECIÉN NACIDO**

Tienes cubierta en su totalidad la internación del parto y la atención de tu bebé en Centros que trabajen con OSADRA.

Allí, una vez que nazca tu hijo, un neonatólogo le realizará un examen físico completo. Le extraerán sangre del talón para efectuar análisis para la detección de enfermedades como la fenilcetonuria, el hipotiroidismo o la enfermedad fibroquística.

Recibirá antes del alta las vacunas BCG y Hepatitis B y una agenda sanitaria donde se consignará el peso, la talla, las

características del parto, el Apgar y el grupo y factor sanguíneo de tu bebé.

Una vez en casa, deberás llevar a tu hijo a control luego de la primera semana y posteriormente con la frecuencia que te indique el médico pediatra.

### **HAY QUE RECORDAR QUE:**

- No debes realizar tareas pesadas durante el embarazo.
- Debes cuidar tu nutrición y seguir las recomendaciones que te da el médico.
- Es aconsejable el aporte de ácido fólico para el desarrollo del sistema nervioso de tu bebé.
- El tabaco en el embarazo reduce el crecimiento de tu bebé y aumenta el riesgo de partos prematuros.
- Evite el tabaco, las bebidas alcohólicas y la automedicación.

### **CUIDADOS DEL BEBÉ:**

- Es necesario que lleves a tu hijo a los controles, aún estando sano.
- Ante cualquier signo o síntoma sospechoso debes acudir a la consulta con el pediatra.
- El mejor alimento para tu hijo es TU LECHE, ya que tiene todos los nutrientes que necesita.
- Amamantar crea una conexión muy especial con tu bebé.

### **OSADRA TE BRINDA:**

Cobertura al 100% en consultas, estudios, prácticas, internación durante todo tu embarazo, parto y primer mes de puerperio sin que tengas que abonar ningún coseguro, lo mismo para tu hijo hasta el tercer año de vida.

### **COMUNICATE y avisar que estas embarazada para tener el carnet materno-infantil.**

[www.ospepweb.com.ar](http://www.ospepweb.com.ar)

[info@ospepweb.com.ar](mailto:info@ospepweb.com.ar)

011 49560404/09