

Volver a casa con mi bebé

¿Qué necesito el día que regreso del hospital?

- Documentos WIC para mí
- Documentos WIC para mi bebé
- Ropa para mí
- Ropa y manta para mi bebé
- Silla para automóvil del bebé para el viaje de regreso a casa
- Dinero si regreso a casa en taxi
- Método de control de la natalidad
- Documentación del nacimiento del bebé
- Alguien que me ayude con mis otros hijos y las tareas del hogar

¿A quién puedo llamar para hacerle preguntas cuando esté en casa?

Cuidado personal _____

Cuidado del bebé _____

Cuidado de los pechos _____

Amamantar a mi bebé _____

¿Qué debo hacer cuando estoy en casa?

- Pedir una cita para control del bebé a los 2 o 3 días después de regresar del hospital
- Pedir una cita para el control de 6 semanas



1101 Market Street | 9th Floor | Philadelphia PA 19107

Tel: 215.685.5225 | Fax: 215.685.5257

www.phila.gov/health/mcfn

© 2011 City of Philadelphia



Mi plan de nacimiento

 Una guía para ayudarme a tener mi bebé

Prepararse para el hospital

Mi fecha de parto es _____

Mi clínica de obstetricia es _____

El número de la clínica al que debo llamar cuando tengo dudas:

Durante el día _____

Durante la noche o los fines de semana _____

El hospital donde tendré el parto es _____ Teléfono _____

Qué hacer ante una emergencia:

¿Cómo sabré que es el momento de ir al hospital?

- Las contracciones son cada vez más fuertes. Luego las sentirá por todo el útero.
- Las contracciones son regulares (las sentirá cada 5 minutos aproximadamente) y son cada vez más dolorosas.
- De la vagina le sale un líquido de color rosa o con puntos de sangre.
- Rompe bolsa. Podría salirle de la vagina un chorro o un goteo lento.

¿Qué debo llevar conmigo al hospital?

- credencial del seguro médico peine y cepillo bata de baño
- pasta dentífrica y cepillo de dientes desodorante pantuflas
- camisón, pijamas dinero para la televisión o para refrigerios



¿A quién debo llamar antes de ir al hospital?

Mi médico/partera _____

El hospital donde tendré el parto es _____

Persona de apoyo _____

Mi transporte _____

Niñera para mis otros hijos _____

Otras personas que quiero llamar _____

¿Dónde me tengo que registrar en el hospital?

Nombres de nena que me gustan para mi bebé

Nombres de nene que me gustan para mi bebé

¿Quiero que a mi bebé varón se le haga la circuncisión?

no sí

¿Cómo deseo controlar el dolor cuando esté en parto?

sin medicamentos con analgésicos no estoy segura

¿Mi bebé estará conmigo en la habitación o en una sala de recién nacidos en el hospital?

¿Amamantaré a mi bebé o lo alimentaré con biberón?
