

# Especialistas en la Salud de la Mujer Cherokee

*Estamos aquí durante este hermoso viaje.*



[cherokeewomenshealth.com](http://cherokeewomenshealth.com)

**770.720.7733**

Estimada Futura Madre,

Permítanos ser de los primeros en felicitarla por su embarazo. Estamos muy contentos de que nos haya escogido para ser parte de este maravilloso viaje con usted y su familia. Aunque descubrir que está embarazada es algo emocionante, también puede ser un momento lleno de muchas preguntas. Queremos ayudar a responder algunas de esas preguntas ofreciéndole la información que sigue.

Tómese el tiempo para leer el material y comuníquese con nosotros si tiene alguna inquietud o pregunta adicional antes de su próxima visita programada.

Es importante que durante su segundo trimestre haga su registración previa en el Hospital Northside. Para su comodidad, le proveemos el enlace y el código QR para que pueda completar el formulario en línea.

**Nota:** Cuando se le solicite la ubicación, asegúrese de usar el menú desplegable para elegir el Hospital Cherokee. Además, cuando se le pregunte cuándo comenzaron sus síntomas, ingrese la fecha de su último ciclo menstrual.

## [Registro de Pacientes Hospital Northside](#)



Proteger su salud y la de su bebé es nuestra principal prioridad. Estamos aquí para usted y esperamos poder ayudarle a navegar esta nueva etapa de vida.

Cordialmente,  
Especialistas en la Salud de la Mujer Cherokee

## ¡FELICIDADES POR SU EMBARAZO!

¡Nos sentimos honrados de ser parte de su nuevo embarazo!

Con un equipo completo de médicos, parteras y asistentes médicos, nos esforzamos por brindar una atención personalizada de una manera cálida y sensible, junto con el mejor tratamiento médico disponible.

Todos nuestros proveedores y el personal están comprometidos a mantener la seguridad de usted y la de su bebé durante su embarazo. Nos aseguraremos de que tenga una experiencia de parto óptima.

A continuación, presentamos algunas guías sobre su atención prenatal:

### Cuidado Prenatal

1. Su visita inicial incluirá un ultrasonido y un examen físico con uno de nuestros proveedores para establecer su embarazo y la fecha de parto. También discutiremos cualquier problema médico y medicamentos actuales. Su proveedor también ordenará un panel de laboratorio, algo que es rutinario en la atención prenatal.
2. Las visitas posteriores serán en las siguientes semanas de su embarazo: 12, 16, 20, 24, 28, 30, 32, 34, 36, 37, 38, 39, and 40 y luego semanalmente. Las visitas entre estos puntos de su embarazo se realizarán mediante telemedicina.
3. Si su embarazo se considera de Alto Riesgo, también será atendida por un especialista perinatal.
4. Recomendamos a las pacientes que mantengan un registro de su peso cada mes hasta el tercer trimestre, momento en el que puede tomar su peso cada 1-2 semanas.
5. Recomendamos vitaminas prenatales que contengan ácido fólico de al menos 800 microgramos. Las vitaminas prenatales sin receta son adecuadas; sin embargo, si desea una receta, se le proveerá una.
6. La nutrición durante el embarazo debe incluir la ingesta de alimentos ricos en hierro, por ejemplo, verduras y carnes. Si tiene anemia, puede tomar hierro adicional disponible como Slow Fe sin receta, todos los días. También recomendamos DHA de al menos 300 mg al día. La vitamina D también es importante y recomendamos 2000 UI diarias.
7. Puede disfrutar del ejercicio a menos que su proveedor le haya dado restricciones. Se recomienda caminar de 20-30 minutos al menos la mayor parte de los días de la semana.
8. La hidratación es importante, consuma al menos 80 oz de agua sin aditivos diariamente.
9. Si tiene gatos, no cambie la caja de arena para gatos. Si usted es la única que cuida de sus amigos felinos, use guantes y deséchelos. Por favor lave sus manos.

## Nuestro Horario Regular de Oficina

Lunes a jueves: 8:00 - 5:00

Viernes: 8:00 - 1:00

Para visitas para atender problemas el mismo día y citas regulares se pueden programar llamando al **770.720.7733**.

## Manténgase Informada

Puede verificar los resultados de sus laboratorios y su historial médico en línea las 24 horas del día y durante sus visitas al consultorio, visitando nuestro sitio web y registrándose en nuestro portal para pacientes. Podemos ayudarla a inscribirse en este conveniente servicio.

## Atención de Urgencia y Emergencia

Fuera de horas laborables, sus llamadas se transfieren a nuestro servicio de contestador. Le devolveremos la llamada cuando recibamos su número de teléfono y su mensaje.

Es poco probable, pero en caso de que el servicio telefónico falle, vaya directamente al hospital a ver a nuestro médico de guardia.

## Hospital Northside-Cherokee

450 Northside Cherokee Blvd

Canton, Georgia 30115

770.224.1000

Proceso de Parto y Nacimiento: 770.224.1800

Estamos orgullosos de nuestra asociación con el Hospital Northside Cherokee. Su excepcional y experimentado personal de enfermería crea el entorno más seguro para nuestras pacientes, ello junto con atención de enfermería personalizada y salas de parto privadas.

## VAYA DIRECTAMENTE AL HOSPITAL SI:

### 1. Está de parto

a. **Parto prematuro** puede ocurrir antes del último mes de embarazo. Los síntomas incluyen calambres, presión, dolor lumbar y/o dolor en la ingle.

b. **Parto a término** es dentro de las 3 semanas anteriores a la fecha de parto, y las contracciones se vuelven progresivamente más frecuentes, dolorosas y regulares (con una diferencia de 5 a 8 minutos o con mayor frecuencia). El dolor comienza en la espalda y se extiende al abdomen.

2. **Disminución del movimiento fetal**. Desde el sexto mes de embarazo hasta el parto, su bebé debe moverse 10 o más veces en 2 horas. El movimiento debe aumentar después de ingerir una comida o un refrigerio. Si nota una disminución en el movimiento fetal, acuda inmediatamente al hospital.

3. **O** si tiene **CUALQUIERA** de los siguientes:

Dolor significativo	Dolor, ardor al orinar
Sangrado vaginal	Fiebre o escalofríos
Chorro de agua o goteo de la vagina	Dolor de espalda severo
Dolor de cabeza severo o visión borrosa	Un accidente de motor o trauma

## MEDICAMENTOS DURANTE EL EMBARAZO

Si bien algunos medicamentos se consideran seguros durante el embarazo, se desconocen los efectos que otros medicamentos tengan en el feto. Por lo tanto, es muy importante que preste especial atención a los medicamentos que toma durante el embarazo, especialmente durante el primer trimestre, siendo este un momento crucial en el desarrollo de su bebé.

Condición	Medicamentos Seguros Para Tomar Durante el Embarazo
Alergia/Sarpullido/Picor	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Benadryl en crema</li> <li>• Cortisona en crema</li> <li>• Benadryl 25 mg por boca cada 6 horas</li> <li>• Zyrtec, Claritin, Allegra</li> </ul>
Resfriado y Gripe/Tos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tylenol (acetaminofén)</li> <li>• Gárgaras agua/sal tibia</li> <li>• Sudafed (solo PE fino)</li> <li>• Chlor-Trimeton</li> <li>• Vicks Vapor Rub</li> <li>• Robitussin-plain</li> <li>• Tylenol Cold</li> <li>• Gotas o aerosoles nasales salinos</li> <li>• Actifed</li> <li>• Benadryl</li> <li>• Halls</li> </ul>
Estreñimiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metamucil</li> <li>• Citrucil</li> <li>• Fiberall</li> <li>• I/Fibercon/Benefiber</li> <li>• Colace</li> <li>• Leche de Magnesias</li> <li>• Senokot/Surfak</li> </ul>
Diarrea	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaopectate</li> <li>• Imodium/Imodium AD</li> </ul> <p><i>Use esta referencia si tiene 3 evacuaciones al día. Si esto persiste por más de 2 días, por favor, llame a la oficina.</i></p>
Dolor de Garganta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chloraseptic Spray/Capacol/Cepastat</li> <li>• Sucrets</li> <li>• Gárgaras con agua tibia</li> </ul>
Alivio de Dolor	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tylenol (acetaminofén) 650 mg (2 tabletas) cada 4 horas</li> <li>• Extra Strength Tylenol – 1000 mg (2 tabletas) cada 6 horas</li> </ul> <p><i>No se exceda de 4000 mg cada 24 horas No use aspirina, ibuprofeno, Aleve, Motrin or Advil</i></p>
Acidez estomacal/ Indigestión/Gases	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maalox</li> <li>• Tums</li> <li>• Pepcid AC</li> <li>• Mylanta</li> <li>• Mylicon/Simethicone</li> </ul>
Hemorroides	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparation H</li> <li>• Toallitas Tucks</li> <li>• Proctocream</li> <li>• Crema Anusol/Supositorios Anusol HC</li> </ul>
Náuseas y Vómitos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emetrol</li> <li>• Seabands</li> <li>• Dramamine</li> <li>• Bonine</li> </ul>
Insomnio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tylenol PM</li> <li>• Tome un baño tibio</li> <li>• Leche tibia o té sin cafeína</li> <li>• Evite la cafeína y el chocolate</li> </ul>
Infección por Hongos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Monistat</li> <li>• Terazol</li> </ul> <p><i>No inserte el aplicador muy adentro.</i></p>
Herpes Labial	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abreva</li> </ul>

## RECOMENDACIONES DEL CDC Y ACOG SOBRE LAS VACUNAS CONTRA LA INFLUENZA (FLU) Y TDAP

### **Vacunas contra la influenza (Flu):**

Las vacunas contra la influenza que se administran durante el embarazo protegen tanto a la madre como a su bebé de la influenza. La vacunación ha reducido hasta la mitad el riesgo de infección respiratoria aguda asociada a la gripe en mujeres embarazadas. Los bebés de mujeres que reciben una vacuna contra la influenza durante el embarazo están protegidos de la infección por influenza durante los primeros meses de vida. Durante esos meses los bebés son demasiado pequeños para vacunarse.

Las vacunas contra la influenza tienen un buen historial de seguridad. Durante décadas se han administrado millones de vacunas contra la influenza, incluso a mujeres embarazadas. Los estudios observacionales y prospectivos en mujeres embarazadas respaldan la seguridad de la vacuna contra la influenza durante el embarazo.

Sin embargo, los datos sobre la administración de la vacuna contra la influenza en el primer trimestre son más limitados que los de la vacunación en el segundo o tercer trimestre. Un estudio reciente de datos de las temporadas 2010-2012 encontró que las mujeres que recibieron dos vacunas anuales consecutivas contra la influenza que contenían un componente H1N1 pdm 09 al principio del embarazo, tenían un mayor riesgo de aborto espontáneo (la edad gestacional promedio fue de 7 semanas) durante 28 días después de recibir la segunda vacuna en la temporada siguiente. Por el contrario, otros estudios no han encontrado un vínculo entre la vacunación contra la influenza y el aborto espontáneo. Estudios de seguimiento están en curso. El Comité Asesor sobre Prácticas de Inmunización (ACIP), el Colegio Estadounidense de Obstetras y Ginecólogos y los CDC continúan recomendando que las mujeres embarazadas se vacunen contra la influenza porque la influenza representa un peligro para las mujeres embarazadas y sus bebés.

## PRODUCTOS RECOMENDADOS

Nuestros médicos recomiendan los siguientes productos para uso doméstico. Haga clic en sus respectivos enlaces para obtener más información o para comprarlos.

### Monitor de Presión Arterial Omron Bronze [Omron Bronze Blood Pressure Monitor](#)



### Tiras para Análisis de Orina Misión 10 [Urine Test Strips Mission 10 Parameter](#)



### Monitor para Bebé Sonoline-B [Sonoline-B- Baby Monitor](#)



**Nota:** No tenemos ninguna afiliación con estas empresas o productos, y no recibimos ninguna compensación por recomendarlos.

Especialistas de la Salud de la Mujer Cherokee, PC  
Pruebas Genéticas Prenatales

Las pruebas genéticas prenatales serán realizadas por Quest Diagnostics según la calidad de las pruebas y la conveniencia del paciente. Las opciones de pruebas avanzadas y estándares se enumeran a continuación.

Le recomendamos encarecidamente que se comunique con su compañía de seguro médico para conocer la parte de los gastos que usted tendría que pagar antes de dar su consentimiento para que le hagan las pruebas de laboratorios, para que pueda tomar una decisión informada. La cantidad real que pagará será determinada por su compañía de seguros, si está asegurada. Los Especialistas de la Salud de la Mujer Cherokee no serán responsables de ningún costo que su compañía de seguros no cubra. Si está asegurada y su compañía de seguros no cubre las pruebas de genética prenatal O si no tiene seguro médico/paga por cuenta propia, la responsabilidad del paciente se enumera a continuación. Para aquellos que cualifiquen, existe Asistencia Financiera Suplementaria disponible a través de Quest Diagnostics.

**Prueba Prenatal Avanzada**

**Prueba Prenatal No Invasiva (NIPT) - QNatal®Advanced**

Prueba avanzada para detectar anomalías cromosómicas como Trisomía 21 (Síndrome de Down), Trisomía 18, etc.

Se incluye el sexo del bebé.

Extracción de sangre en su cita de 12 semanas, pero puede ser a partir de las 10 semanas.

Sensibilidad y especificidad (precisión) > 99.9%

Asegurada: El Plan de Salud Cubre	Cantidad determinada por su plan de salud
Asegurada: El plan de Salud No Cubre	\$300.00
Sin Seguro/Pago Por Cuenta Propia	\$395.00
Programa de Asistencia Financiera (debe calificar)	Gastos de su Bolsillo \$0- \$200.00

Código CPT: 81420

Código de Diagnóstico: Z13.79 -- será necesario para la verificación del seguro.

**Prueba Prenatal Estándar**

La cobertura de los planes de salud es excelente para estas pruebas estandarizadas ya establecidas.

**Prueba de Suero Materno: Muestra Integrada Secuencial por Pasos**

Pruebas para evaluar el riesgo de Trisomía 21 (Síndrome de Down), Trisomía 18 o un defecto del tubo neural.

El sexo del bebé NO está disponible con esta prueba.

Extracción de sangre 1<sup>er</sup> y 2<sup>do</sup> trimestre. La Parte 1 y la Parte 2 más ultrasonido (NT) son necesarias para la evaluación de riesgos.

La tasa de detección es del 92% con una tasa de falsos positivos del 4%.

Precio para Pacientes Sin Seguro	\$395.00
Programa de Asistencia Financiera (debe calificar)	Disponible pero rara vez necesario por la excelente cobertura de los planes

**Prueba de Suero Materno: Detección Cuádruple o MSS 4**

Pruebas para evaluar el riesgo de Trisomía 21 (Síndrome de Down), Trisomía 18 o un defecto del tubo neural.

El sexo del bebé no está disponible con esta prueba.

Extracción de Sangre en el 2<sup>do</sup> trimestre. No se requiere ultrasonido (NT).

Tasa de detección del Síndrome de Down 79% con una tasa de falsos positivos del 5%

Precio para Pacientes Sin Seguro	\$270.00
Programa de Asistencia Financiera (debe calificar)	Disponible pero rara vez necesario por la excelente cobertura de los planes

<b>Asesoramiento Genético: Todas las Pruebas Genéticas</b>
--

Disponible en 1-800-GENE-INFO (1-866-436-3463)

Los consejeros ayudan con preguntas/inquietudes básicas de genética.

Si se requieren discusiones más profundas, se referirá a un proveedor de asesoramiento genético externo.