

Nueve meses. Muchas preguntas.

Future Moms puede ayudarte
a toda hora, todos los días

¿Alguna vez deseaste tener un lugar de consulta para todas tus preguntas acerca del embarazo? Ahora lo tienes. Future Moms es un programa que puede responder tus preguntas, además de ayudarte a tomar buenas decisiones y a seguir el plan de atención de tu proveedor de atención médica. También te brinda asistencia para tener un parto seguro y un bebé saludable.

Inscríbete apenas sepas que estás embarazada. Llámanos sin cargo al **800-828-5891**. Uno de nuestros enfermeros registrados te ayudará a comenzar. Obtendrás los siguientes beneficios:

- Un número gratuito para hablar con un enfermero instructor acerca de tu embarazo, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. De cuando en cuando, un enfermero puede llamarte para preguntarte cómo te sientes.
- El libro *The Mayo Clinic Guide to a Healthy Pregnancy* (La guía de Mayo Clinic para un embarazo saludable), que detalla los cambios que tú y tu bebé podrían tener durante los próximos nueve meses.
- Una prueba para detectar tu riesgo de depresión o parto prematuro.
- Otras herramientas útiles para ayudarlos a ti, a tu médico y a tu enfermero de Future Moms a llevar un registro de tu embarazo y ayudarte a tomar decisiones más saludables.
- Llamadas gratuitas a farmacéuticos, nutricionistas y otros especialistas, cuando sea necesario.
- Un folleto con consejos para ayudarlos a ti y a tu bebé a preservar su seguridad y bienestar.
- Más información útil sobre el trabajo de parto y el parto, incluida información sobre las opciones de parto y sobre cómo prepararte.



Participar es muy fácil

Inscríbete en el programa Future Moms llamando sin cargo al **800-828-5891**. No debes pagar ningún costo adicional.

