

Manténgase saludable

Consulte con su médico

- ☞ Haga el análisis de sangre, orina y pruebas de Papanicolaou
- ☞ Mantenga las vacunas al día
- ☞ Mantenga bajo control cualquier condición médica
- ☞ Diga qué medicinas y vitaminas está tomando
- ☞ Hable sobre las opciones de planificación familiar

Consulte con su dentista

- ☞ Cepílese los dientes y use el hilo dental por lo menos dos veces al día
- ☞ La enfermedad de las encías puede causar que los bebés nazcan antes de tiempo o con bajo peso

Mantenga su cuerpo sano

- ☞ Tome multivitaminas de 400 microgramos (mcg) de ácido fólico todos los días
- ☞ Haga ejercicio, aliméntese bien y conserve un peso saludable
- ☞ No fume y evite el humo de segunda mano
- ☞ No beba alcohol o consuma otras drogas

Cúidese

- ☞ Pida ayuda si se siente ansiosa, triste, deprimida, tensa o su pareja la lastima



Recursos Adicionales

Visitas de Enfermeras en el Hogar para Padres de Familia

Un programa gratuita para mujeres embarazadas con alguna condición medica como: diabetes gestacional, alta presión, y o infantes con una condición medica.
1 (800) 794-6517 o (530) 666-8645

Programa WIC:

Mujeres, bebés y niños

Un programa suplementario de nutrición para mujeres embarazadas, que están amamantando o en el etapa postparto, bebés, y niños pequeños.

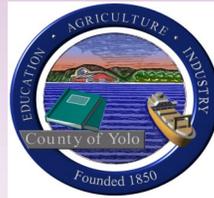
(530) 666-8445 o (916) 375-6390

www.volocounty.org

Text4baby

Envíe la palabra BEBE (o BABY en Inglés) al 511411 y reciba mensajes gratis en su teléfono celular para ayudarla a través de su embarazo y el primer año de su bebé.

www.text4baby.org



www.volocounty.org



This project was supported by funds received from the California Department of Public Health, Maternal, Child and Adolescent Health Division.

Este folleto es una adaptación del Condado de Contra Costa con permiso

¿Está embarazada?
¿No tiene seguro?
¿Ingresos limitados?

Usted no tiene que esperar para recibir cuidado prenatal.

Programa de Elegibilidad Presunta (PE)



¡Cuidado prenatal ya!

Departamento de Salud del Condado del Yolo

Elegibilidad Presunta

Elegibilidad Presunta:

- ☞ Conocida como PE
- ☞ Programa de Medi-Cal que provee cobertura inmediata y temporal para mujeres embarazadas de bajos ingresos
- ☞ Le permite ver a su doctor inmediatamente mientras espera la aprobación formal de Medi-Cal
- ☞ **La vigencia del PE dura un mínimo de 30 días**

Usted califica para PE si:

- ☞ Cree que está embarazada
- ☞ Vive en California permanentemente, sin importar su estado legal
- ☞ Tiene ingresos limitados
- ☞ No tiene seguro médico o tiene un deducible alto

PE cubre:

- ☞ Pruebas de embarazo gratuitas
- ☞ Cuidado prenatal
- ☞ Las medicinas recetadas para su embarazo
- ☞ Servicios de aborto y aborto espontáneo

PE no le cubre:

- ☞ Servicios de Emergencia
- ☞ El parto en el hospital
- ☞ Hospitalizaciones
- ☞ Planificación familiar



Llame o visite una clínica cercana para solicitar el PE

Dignity Health Woodland Health Care
(530) 668-2600
Woodland, CA

Hansen Family Health Center
(530) 405-2800
Woodland, Ca

Salud Clinic
(916) 403-2900
West Sacramento, CA

Davis Community Clinic
(530) 758-2060
Davis, Ca

Winters Health Care Foundation
(530) 795-4377
Winters, CA

Esparto Community Medical Center
(530) 787-3454
Esparto, CA

Guía Para el Cuidado Prenatal (PCG)

Garantía de que la mujer eligible Medi-Cal en el Condado de Yolo están recibiendo atención prenatal adecuada. PCG ofrece cobertura hacia las mujeres en edad fértil en el Condado de Yolo.

1 (800) 794-6517
(530) 666-8562 o (916) 375-6380
www.yolocounty.org

Necesitar asistencia adicional por favor llame a los numeros de arriba

Aplique para Medi-Cal formal antes que su PE se venza

Llame o visite a su oficina de Medi-Cal más cercana:

1 (855) 278-1590

Oficinas

500 Jefferson Blvd,
West Sacramento, CA
(916) 375-6200

25 N. Cottonwood St,
Woodland, CA
(530) 661-2750

Aplique a través del internet
www.benefitscalwin.org

¿No le aprobaron el Medi-Cal?

Llame al **AIM (Acceso para Bebés y Madres)** un programa de seguro médico a bajo costo para mujeres embarazadas cuyos ingresos son demasiado altos para obtener Medi-Cal. Solicítelo **antes de cumplir 30 semanas de embarazo.**

1 (800) 433-2611
www.aim.ca.gov

¿Necesita ayuda con las aplicaciones?



Para ayuda **GRATUITA** con la aplicación de Medi-Cal o AIM, llame al
1 (866) 607-4030