

MAMÁS SAVIA

¡EL COMIENZO DE UNA NUEVA VIDA!

BIENVENIDA A UNA EXPERIENCIA DE AMOR



SALUD EPS

SAVIA SALUD EPS TE ACOMPAÑA EN ESTA HERMOSA EXPERIENCIA

¿Cuál es tu nombre mamá?

¿Cuál es tu dirección?

¿Cuál es tu teléfono?

SAVIA SALUD EPS te acompañará durante tu proceso de gestación, desde este momento trabajaremos conjuntamente para que esta etapa de tu vida sea lo más saludable posible.

En la institución de salud que hemos dispuesto para tu atención, podrás contar con un equipo de profesionales quienes te orientarán y apoyarán durante tu embarazo. Te invitamos a confiar y contar con dicho equipo y permitir que te acompañen en este proceso tan importante en tu vida.

Para que todo salga bien, necesitamos de tu compromiso y responsabilidad.

Yo, _____ me comprometo a:

- Asistir a todas las citas de control prenatal.
- Realizarme los exámenes de laboratorio.
- Cumplir las recomendaciones que el médico indique.
- Participar en el curso educativo de preparación para la maternidad y paternidad (recuerda que a este curso puedes asistir con tu pareja).

MAMÁ SAVIA

Hemos preparado esta cartilla, donde esperamos orientarte a ti y a tu familia sobre todo lo que debes conocer de este hermoso proceso.

¡Anímate y adéntrate a conocerla!

1

¡Bienvenida a la aventura de ser mamá! Pág. 3

Derechos y Deberes Pág. 3

¡Mamá debes alimentarte muy bien! Pág. 4

Cambios físicos que debes tener en cuenta Pág. 5

Tus emociones Pág. 6

Tu cuerpo en movimiento Pág. 7

Movimientos del bebé Pág. 8

2

¡Felicitaciones ya nació tu bebé! Pág. 9

Lactancia Pág. 10

¡Mamá Savia, no importa el tamaño del seno! Pág. 11

Posiciones para amamantar Pág. 11

¡Señales de alerta! Pág. 12

¡Vacunar a tu bebé es un acto de amor! Pág. 13

3

Tablas de control Pág. 14

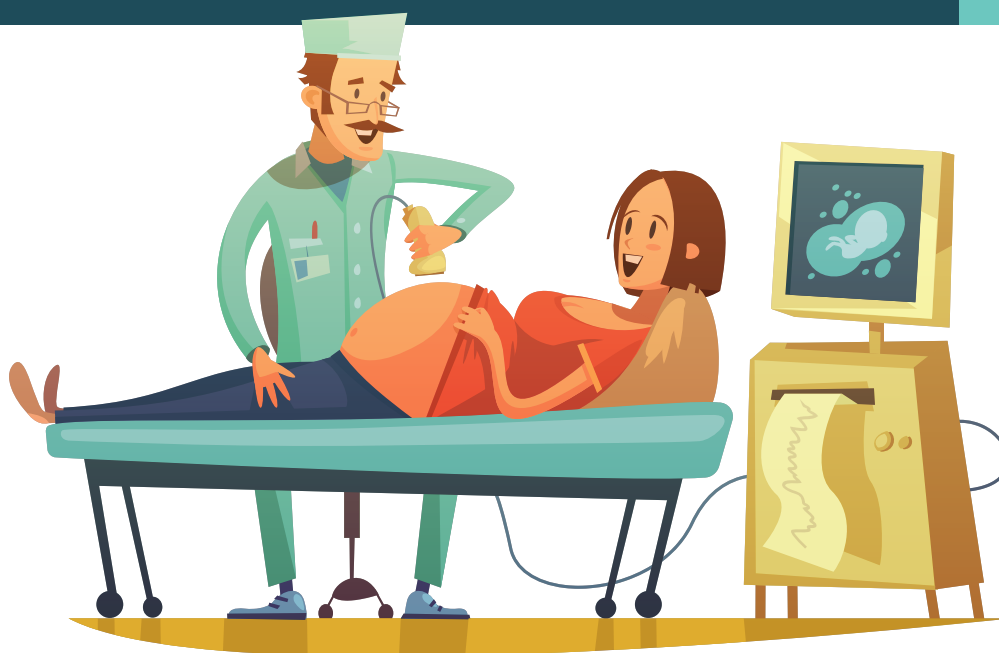
Resultados de pruebas de laboratorio Pág. 14

Programación de controles prenatales Pág. 15

Historia clínica materno-perinatal - CLAP Pág. 17

IMC para la edad gestacional Pág. 18





MAMÁ

AQUÍ TE CONTAMOS TUS DERECHOS:

- Recibir atención óptima, oportuna, sin discriminación, con respeto por tu dignidad, tu cultura, ideas políticas o religiosas.
- Recibir control prenatal de manera integral por médico general, especialista o enfermera según sea el caso.
- Recibir las siguientes actividades: curso de preparación para la maternidad y la paternidad, vacunación, atención en salud oral, laboratorio clínico y ayudas diagnósticas necesarias, con acompañamiento de la pareja o familiar.
- Recibir información por el personal de salud sobre tus riesgos y cómo controlarlos.
- Conocer las instituciones que deberán atenderte en caso de urgencia.
- Conocer los diferentes servicios de salud: laboratorio, ecografías, consulta con especialista, odontología, psicología y nutrición, consulta posparto y del recién nacido, consulta de planificación familiar, consulta de apoyo a la lactancia materna.
- Estimulación de la lactancia materna en la primera media hora después del parto.
- Estar acompañada por la persona de mayor confianza durante las consultas, el parto y el posparto.

AQUÍ TE CONTAMOS TUS DEBERES:

- Acudir al servicio de salud desde el momento en el que se sospeche o confirme el embarazo.
- Cumplir las citas de los controles prenatales hasta que finalice tu embarazo.
- Asistir puntualmente a la hora indicada y portar siempre la cartilla.
- Seguir el tratamiento, indicaciones y cuidados recomendados, así como brindar información completa de las circunstancias relacionadas con tu estado de salud.
- Acudir al servicio de urgencias ante la presencia de alguno de los signos o síntomas de alarma de la gestación o el postparto.
- Tratar con dignidad y respeto al personal asistencial y administrativo de las unidades de atención médica que te brinden atención.
- Tramitar el registro civil del recién nacido y afiliarlo a SAVIA SALUD EPS.

¡MAMÁ DEBES ALIMENTARTE MUY BIEN!

Durante esta etapa tu cuerpo pasa por muchos cambios, por eso, debes asegurar una alimentación adecuada que garantice un buen crecimiento y desarrollo de tu bebé. En este proceso no debes realizar dietas y debes seguir las recomendaciones del médico o nutricionista.

Ten presente que las frutas, las verduras, la carne, el pollo, el pescado, el huevo, los frijoles y las lentejas son alimentos fundamentales para que tengas un adecuado estado nutricional, por lo tanto, debes tratar de incluirlos en tu día a día.



Algunos tips para tener en cuenta

- Recuerda que en tu estado es indispensable la limpieza de toda la comida, especialmente la de las frutas y legumbres.
- No debes consumir carnes crudas o mal cocidas.
- Lávate siempre las manos antes de comer.
- No debes consumir alcohol, cigarrillo, ni sustancias psicoactivas.
- No te automediques.

Recomendaciones para el consumo de micronutrientes

| Micronutrientes | ¿Cómo consumirlo? | ¿Por qué consumirlo? | Alimento Fuente |
|---------------------|---|---|---|
| Hierro | <p>Dos horas antes o dos horas después de las comidas principales, preferiblemente con un jugo cítrico (naranja, mandarina, guayaba).</p> <p>Consumir en las noches antes de acostarse con abundante agua.</p> <p>No consumirlo con leche, ni té.</p> | <p>Evita la anemia durante y después del embarazo.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Hígado • Pajarilla • Carnes rojas • Sardina • Yema de huevo • Leguminosas (frijol, lenteja, garbanzo, blanquillo) • Espinaca, apio, brócoli |
| Acido fólico | <p>Tomar en las mañanas con jugo de naranja o guayaba.</p> | <p>Reduce el riesgo de que el bebé tenga alteraciones en el cerebro.</p> <p>Evita problemas de aprendizaje, intestinales o urinarios.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Coliflor • Brócoli • Fresas • Naranja • Banano • Frijoles • Aguacate • Tomate |
| Calcio | <p>Consumir alejada de las comidas principales.</p> | <p>Disminuye el riesgo de hipertensión en el embarazo.</p> <p>Participa en la formación de huesos del bebé.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Leche y yogurt • Quesos • Ajonjolí |

CAMBIOS FÍSICOS QUE DEBES TENER EN CUENTA

Durante el embarazo se presentará molestias, aquí te contamos algunas orientaciones para prevenirlas y controlarlas:

Molestia

Náuseas con o sin vómito

Autocuidado

- Evita tener el estómago vacío.
- Trata de mantener una dieta con la mayor cantidad de sólidos.
- Evita alimentos grasos o condimentados.

Molestia

Mayor frecuencia urinaria

Autocuidado

- Debes orinar cuando sientas necesidad.
- Disminuye la toma de líquidos en la noche.
- Evita el café.

Molestia

Dolor en los senos

Autocuidado

- Usa un buen brasier para disminuir la congestión.
- Evita jabón en los pezones para evitar agrietamiento.

Molestia

Flujo vaginal

Autocuidado

- Usa ropa interior de algodón.
- Evita ropa interior apretada.
- Evita duchas vaginales.
- Consulta si observas algún cambio en el flujo.

Molestia

Agriera

Autocuidado

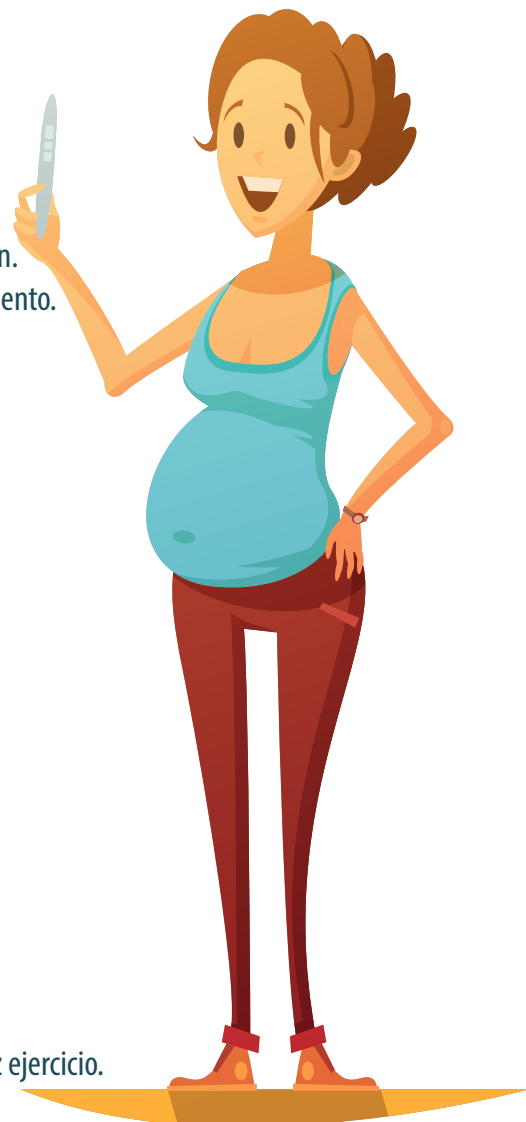
- Reposa media hora después de las comidas.
- Evita alimentos grasos.
- Evita comer en exceso.

Molestia

Estreñimiento

Autocuidado

- Aumenta alimentos ricos en fibra, líquidos y haz ejercicio.



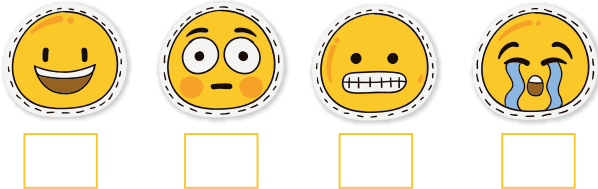
¡TUS EMOCIONES!

Beneficios del masaje



Esta nueva experiencia tan importante, puede afectar tu estabilidad emocional, lo cual es comprensible y normal.

Posiblemente al enterarte de tu embarazo sentiste:



Resalta la emoción con la que te identificaste

Te enfrentaste a muchas decisiones como:

- Darle la noticia a tu pareja y la familia.
- Informar en tu trabajo.
- Decirles a tus amigos.

Todas estas situaciones pudieron afectar tu tranquilidad, es obvio, la vida se ve diferente y es necesario tomársela más en serio.

¡Es verdad, serás mamá!

Ante esto debes saber que puedes solicitar atención por psicología, este profesional te ayudará a sobrellevar de manera tranquila esta nueva experiencia.

¿Cómo reducir el estrés durante el embarazo?

El masaje será la mejor opción.

Puedes pedirle a tu pareja o alguien cercano que te realice masajes, si los practicas con frecuencia, la dilatación y el parto serán más llevaderos. Puedes usar crema de manos o aceite para el cuerpo durante el masaje.

Vientre: haz un masaje suave, como una caricia en la parte inferior del vientre.

Pies: con una mano en la planta y otra en el empeine, presiona y mueve las manos en dirección de los dedos.

Espalda: desliza los puños a ambos lados de la columna, subiendo y bajando suavemente.

Parte posterior de la cintura: presiona con los puños suavemente.

TU CUERPO EN MOVIMIENTO

El ejercicio moderado te ayuda a fortalecer los músculos, adicional, tienes menor riesgo de padecer diabetes gestacional y aumento excesivo de peso.

Caminar puede ser el ejercicio más sencillo y con excelentes beneficios para tu salud, así que ámate a caminar al menos media hora diariamente.

El ejercicio te ayudará a:

- Preparar tus músculos para el trabajo de parto.
- Prevenir el dolor lumbar.
- Evitar calambres.
- Oxigenar tu sangre y la de tu bebé.

Nota: en el curso de preparación de la maternidad y paternidad te enseñarán diversos ejercicios, por tanto, no debes faltar a ninguna de las sesiones educativas.



Señales de alarma a las que debo estar atenta

Mamá, si presentas algunos de los síntomas que a continuación te describimos, debes consultar inmediatamente al médico en la IPS/ESE donde realizas tus controles prenatales, o al servicio de urgencias que te hayan indicado.

Primer trimestre del embarazo (hasta semana 13)

- Fiebre constante.
- Dolor abdominal fuerte y continuo.
- Sangrados de color café o rojo, acompañados de dolor en el abdomen y cólicos.
- Vómitos abundantes.
- Ardor para orinar o malos olores en la orina.

Segundo trimestre del embarazo (semana 14 a las 28)

- Sangrado vaginal.
- Cólicos fuertes y frecuentes.
- Fiebre.
- Contracciones.
- Dolor "bajito".
- Ardor para orinar o mal olor en la orina.
- Dolor de cabeza con cocuyos (sensación de tener "luces en los ojos" o de "pitos" en los oídos).
- Dolor en la boca del estómago.
- Salida de líquido por vagina.
- Ausencia o disminución de movimientos fetales.

Tercer trimestre del embarazo (semana 28 a la 40)

- Sangrados o salida de líquidos por la vagina.
- Gastritis.
- Tener contracciones mucho antes de la fecha del parto.
- Disminución de los movimientos fetales.
- Dolor de cabeza con cocuyos (sensación de tener "luces en los ojos" o de "pitos" en los oídos).

¡MOVIMIENTOS DEL BEBÉ!



Movimientos del bebé: a partir de los cinco meses, el bebé debe moverse después de cada una de tus comidas.

Evalúa los movimientos de tu bebé:

- Acuéstate sobre tu lado izquierdo en un ambiente tranquilo.
- Pon tu mano extendida sobre tu abdomen en el sitio donde has sentido sus movimientos con mayor frecuencia.
- Esto puede tomarte una hora o menos.

Si tu bebé presenta ausencia completa de movimientos durante 1 hora, o notas que hay cambio en el patrón de movimientos usuales del bebé, acude al médico, donde te harán otras pruebas para revisar su bienestar.

¡Háblale a tu bebé, comunícate!

Comunicarte y jugar con tu bebé desde que está en el útero tiene muchas ventajas, para su salud, y lo prepara para adaptarse a su nueva vida.

Acariciarte la pancita, hablarle, llamarle por su nombre (si ya lo tiene), ponerle música, son formas sencillas y efectivas de estimulación para tu bebé.

Igualmente, es importante involucrar a papá en esta actividad, ambos pueden hablarle, decirle cuánto lo quieren y cómo esperan su llegada con mucho amor.

Al estimular tu bebé, estarás logrando que posteriormente:

- Sea explorador del mundo que lo rodea.
- Sea curioso y tienda a la investigación.
- Aprenda a comparar y relacionar situaciones entre sí.

Mamá, recuerda que las condiciones futuras del bebé se predisponen dentro del útero, un entorno cálido y amoroso contribuye a una personalidad basada en la confianza, la franqueza, la extroversión y la seguridad en sí mismo.

Alista tu maleta

Para tí mamá

- Ropa interior cómoda
- Pijama con cierre o botones en el pecho para facilitar la lactancia
- Sandalias
- Un paquete de toallas maternas
- Implementos de aseo personal
- Un peine
- Maquillaje
- Ropa para salir de la clínica

Para tu bebé

- Un paquete de pañales de recién nacido
- Dos pijamas
- Una cobija pequeña
- Un gorrito
- Un par de medias o esarpines
- Crema antipañalitis

Documentos

- Documento de identidad
- Cartilla prenatal
- Exámenes de laboratorio y ecografías.



Realiza tu lista de chequeo

¡FELICITACIONES YA NACIÓ TU BEBÉ!

2

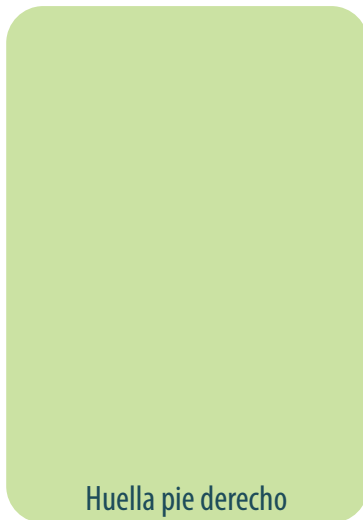
CAPÍTULO



Foto del bebé



Huella pie izquierdo



Huella pie derecho

Pon aquí sus huellitas



Datos del nacimiento

Nombre del bebé

Día Mes Año

Municipio

Hora

Peso Talla

LACTANCIA

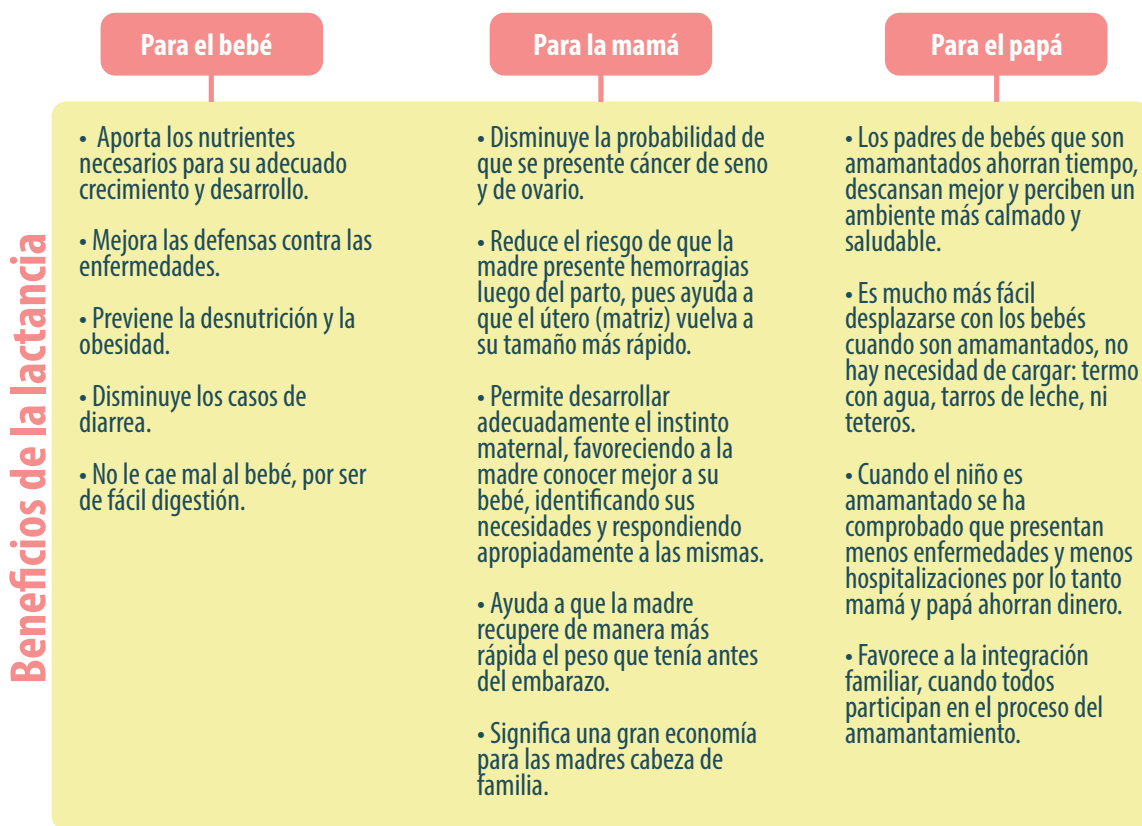
Tienes a tu bebé en tus brazos, puedes ver su carita, tocarlo y hablarle. De ahora en adelante, necesitará de todos tus cuidados para desarrollarse física y emocionalmente, poco a poco ira adaptándose a esta nueva experiencia y veras cómo ira creciendo y aprendiendo del mundo que lo rodea.

Nota: recuerda pegarlo al seno en la primera media hora después de nacer, esto facilitará que baje la leche y la lactancia ocurra de forma natural. Ofrécele leche materna cada vez que lo pida, esto te evitará inflamación de los senos "mastitis"

Mamá, la lactancia materna es una forma de amar a tu bebé

La leche materna es el mejor alimento para tu bebé, contiene todos los nutrientes que él necesita durante los primeros 6 meses de vida, adicional, te ayudará a establecer un vínculo afectivo que durará toda la vida. Cuando amamantas estimulas los cinco sentidos del bebé.

¡Así que hazlo, no te de miedo, tu bebé lo necesita!



Importante:

- El bebé debe alimentarse exclusivamente con leche materna durante los primeros 6 meses de vida, posteriormente hasta los dos años o más complementada con otros alimentos.
- El calostro (líquido que segregan las glándulas mamarias) es el único alimento que el niño necesita en los primeros 3 días de nacido.
- La leche de la madre tiene todo el líquido que el bebé necesita para calmar la sed, aún en climas calientes. El recién nacido no necesita beber agua, es suficiente con la leche materna.

¿Cuándo puedo volver a embarazarme?

Después de tener a tu bebé, no es conveniente quedar embarazada nuevamente en poco tiempo, es decir antes de 1 año y medio después del parto. Es importante que estés en el mejor estado de salud, tengas tiempo disponible para el cuidado del bebé y puedas prepararte emocionalmente.

En el último trimestre de tu embarazo, durante las consultas prenatales, debes revisar con tu médico, cuál es la mejor opción para planificación familiar después del parto. El médico te recomendará métodos de planificación que no afectarán la lactancia materna y te protegerán de un nuevo embarazo.

¡MAMÁ SAVIA, NO IMPORTA EL TAMAÑO DEL SENO!

Para amamantar no importa el tamaño ni la forma de los senos, lo que contribuye a una buena producción es el estímulo de succión del bebé.

¿Cómo debo amamantar a mi bebé?

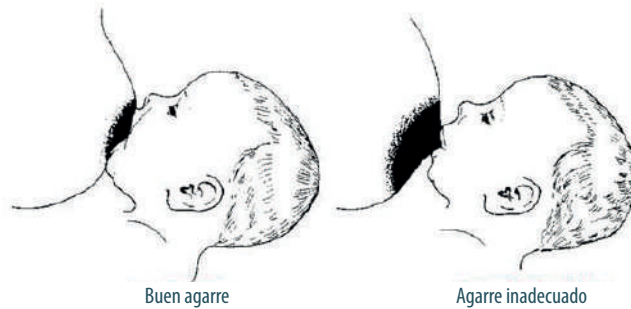
- Debes buscar una posición que te permita estar cómoda y estar cómodo el bebé.
- Humedece el pezón con un poco de tu leche y pásalo suavemente por los labios del bebé para que él abra muy bien su boca.

- La boca del bebé debe cubrir tanto el pezón como la areola para que pueda salir la cantidad de leche suficiente.

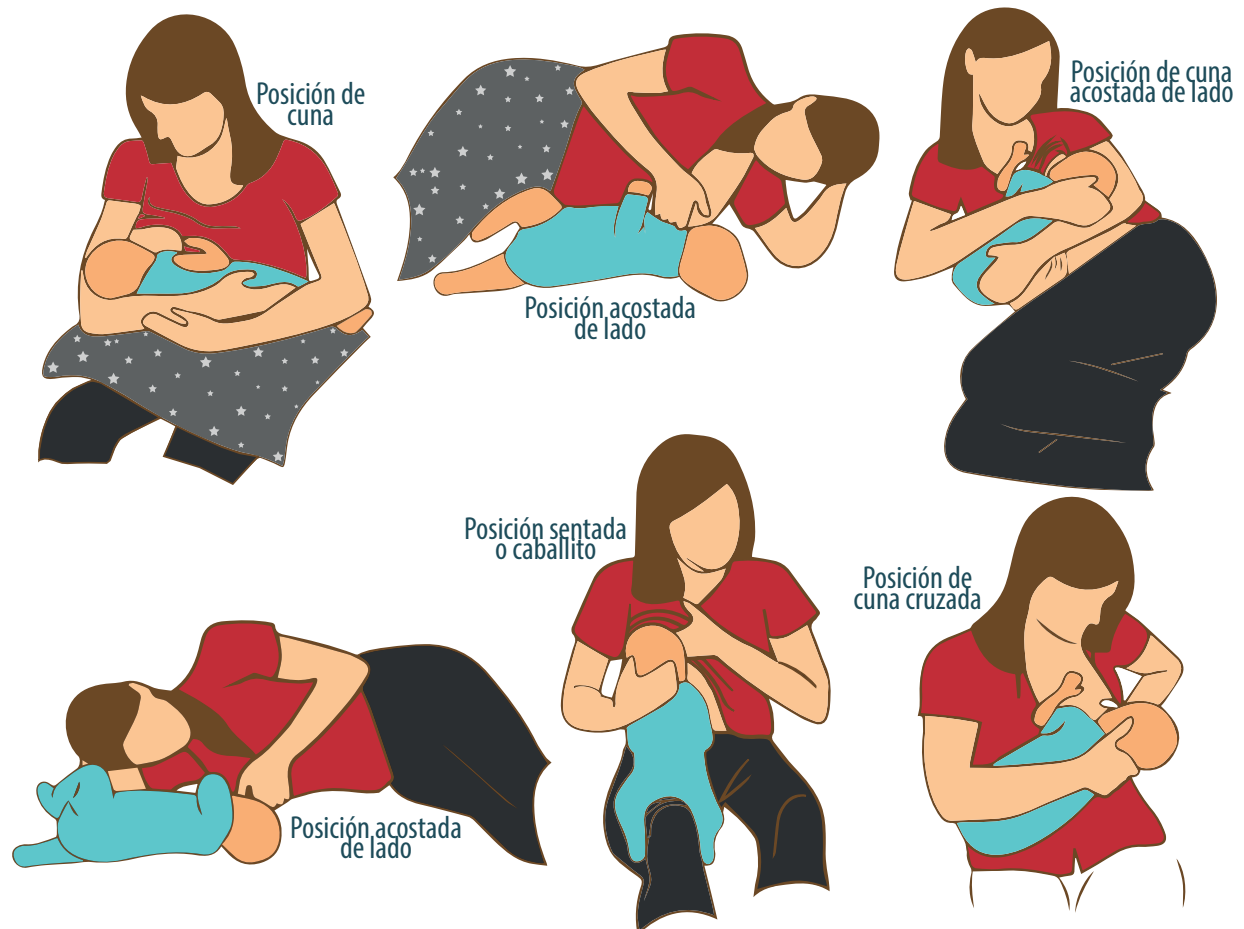
- La barbilla debe tocar el pecho, y el labio inferior debe quedar enrollado hacia abajo, y la punta de la nariz puede tocar el seno.

- El bebé debe tener la cabeza más alta que el resto del cuerpo y su abdomen debe estar recostado contra el abdomen de la madre.

- El brazo del bebé puede estar abrazando la mamá en vez de que quede entre su cuerpo y el de ella.



Posiciones para amamantar



Nota: mamá, una vez ocurra el parto, en la IPS/ESE te brindarán una consulta específica para la valoración y apoyo a la lactancia materna.

¡SEÑALES DE ALERTA!

Mamá, si se presentan las siguientes señales de alerta en el posparto debes consultar al médico:

- Dificultad para respirar o dolor en el pecho.
- Fiebre.
- Sangrado vaginal abundante, más de lo normal.
- Flujo vaginal que huele mal.
- Dolor de cabeza.
- Enrojecimiento de los senos y los sientes calientes.
- Si te hicieron cesárea, y por la herida sale pus o algún otro líquido.
- Piernas hinchadas.
- Dolor en la boca del estómago.
- Si estás bajita de ánimo, tensa, nerviosa, sin apetito.

Nota: si tu parto fue natural y requeriste episiotomía, los puntos de esa sutura se reabsorben solos, es importante mantener esta área lo más seca y aseada posible, lavándola con jabón de baño.

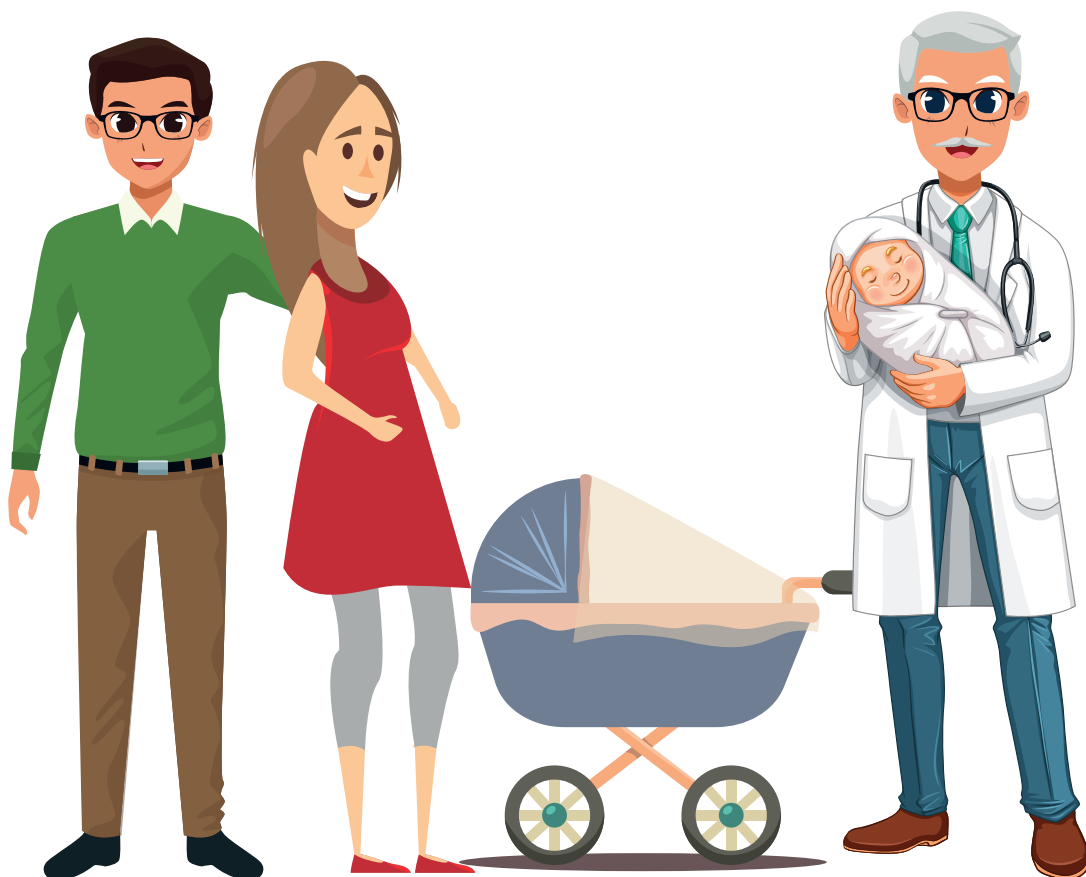
Mamá, si se presentan las siguientes señales de alerta en el bebé después de nacer debes llevarlo al médico:

- Fiebre.
- Luce de color pálido, amarillo o morado.
- Tos.
- Respira muy rápido o se le hunden las costillas al respirar.
- Se mueve poco, no se despierta, se ve raro.

- Está muy irritable e intranquilo.
- Llanto incontrolable a pesar de atender sus necesidades.
- No puede tomar el pecho.
- No agarra bien el seno.
- Al alimentarse se cansa, se demora más que otros niños, suda o se pone morado.
- Orina menos de 4 veces en 24 horas.
- Vomita todo lo que ingiere.
- Vomita una sola vez de color café, rojo o verde.
- Fontanela abombada.
- Tiene secreción en los ojos.
- Ojos hundidos.
- Le sale pus (materia) por el oído.
- Tiene morados o punticos rojos en la piel.
- El abdomen está distendido (inflamado).
- La piel alrededor del ombligo se ve roja.
- El ombligo no se seca o no se cae.
- Lesiones blancas en la boca.
- Convulsiones.
- Materia fecal con sangre.

Consulta posparto y de recién nacido

Con el objetivo de verificar que estés bien de salud, y que todo vaya bien con tu bebé, en tu IPS/ESE te brindarán una consulta de revisión, entre el tercer y quinto día después del parto, esta consulta es totalmente gratis.



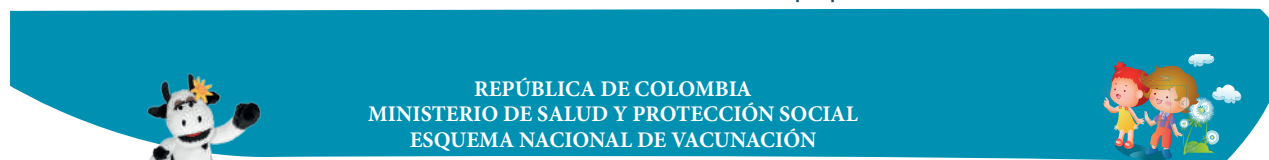
¡VACUNAR A TU BEBÉ ES UN ACTO DE AMOR!

Porque la salud de tu bebé es muy importante, no debes olvidar llevarlo cumplidamente a recibir sus vacunas, que le serán aplicadas en la institución prestadora de servicios de salud de tu municipio de residencia, de forma GRATUITA.

Las primeras vacunas se aplican al nacer, y finalizan a los 5 años de edad.

En la imagen observarás:

- Edad
- Tipo de vacuna
- Enfermedad que previene



| EDAD | VACUNA | DOSIS | ENFERMEDAD QUE PREVIENE |
|----------------|--|------------------|---|
| Recién nacido | Tuberculosis (BCG) | Única | Meningitis tuberculosa |
| | Hepatitis B | De recién nacido | Hepatitis B |
| A los 2 meses | PENTAVA-LENTE Difteria - Tos ferina - Tétanos (DPT) <i>Haemophilus influenzae</i> tipo b (Hib) | Primera | Difteria - Tos ferina - Tétanos |
| | | | Meningitis y otras enfermedades causadas por <i>Haemophilus influenzae</i> tipo b |
| | Hepatitis B | Hepatitis B | |
| | Polio | Primera | Poliomielitis |
| | Rotavirus | Primera | Diarrea por Rotavirus |
| | Neumococo | Primera | Neumonía, otitis, meningitis y bacteremia |
| A los 4 meses | PENTAVA-LENTE Difteria - Tos ferina - Tétanos (DPT) <i>Haemophilus influenzae</i> tipo b (Hib) | Segunda | Difteria - Tos ferina - Tétanos |
| | | | Meningitis y otras enfermedades causadas por <i>Haemophilus influenzae</i> tipo b |
| | Hepatitis B | Hepatitis B | |
| | Polio | Segunda | Poliomielitis |
| | Rotavirus | Segunda | Diarrea por Rotavirus |
| | Neumococo | Segunda | Neumonía, otitis, meningitis y bacteremia |
| A los 6 meses | PENTAVA-LENTE Difteria - Tos ferina - Tétanos (DPT) <i>Haemophilus influenzae</i> tipo b (Hib) | Tercera | Difteria - Tos ferina - Tétanos |
| | | | Meningitis y otras enfermedades causadas por <i>Haemophilus influenzae</i> tipo b |
| | Hepatitis B | Hepatitis B | |
| | Polio | Tercera | Poliomielitis |
| | Influenza estacional | Primera | Enfermedad respiratoria causada por el virus de la influenza |
| A los 7 meses | Influenza estacional* | Segunda | Enfermedad respiratoria causada por el virus de la influenza |
| A los 12 meses | Sarampión - Rubeola - Paperas (SRP) | Única | Sarampión - Rubeola - Paperas |
| | Varicela | Única | Varicela |
| | Neumococo | Refuerzo | Neumonía, otitis, meningitis y bacteremia |
| | Hepatitis A | Única | Hepatitis A |
| A los 18 meses | Difteria - Tos ferina - Tétanos (DPT) | Primer refuerzo | Difteria - Tos ferina - Tétanos |
| | Polio | Primer refuerzo | Poliomielitis |
| | Fiebre amarilla (FA) | Única | Fiebre amarilla |

| EDAD | VACUNA | DOSIS | ENFERMEDAD QUE PREVIENE |
|---|---|--|--|
| A los 5 años | Difteria - Tos ferina - Tétanos (DPT) | Segundo refuerzo | Difteria - Tos ferina - Tétanos |
| | Polio | Segundo refuerzo | Poliomielitis |
| | Sarampión - Rubeola - Paperas (SRP) | Refuerzo | Sarampión - Rubeola - Paperas |
| Niñas escolarizadas de cuarto grado de básica primaria y no escolarizadas que hayan cumplido 9 años | Virus del Papiloma Humano (VPH) | Primera: Fecha elegida Segunda: 6 meses después de la primera dosis Tercera: 60 meses después de la primera dosis | Cáncer de cuello uterino |
| Mujeres en edad fértil (MEF) entre los 10 y 49 años | Toxoide tetánico y diftérico del adulto (Td)** | 5 dosis: Td1: dosis inicial Td2: al mes de Td1 Td3: a los 6 meses de Td2 Td4: al año de la Td3 Td5: al año de la Td4 Refuerzo: cada diez años | Difteria - Tétanos - Tétanos neonatal |
| Gestantes | Influenza estacional | Una dosis a partir de la semana 14 de gestación | Enfermedad respiratoria causada por el virus de la influenza |
| | Tdap (Tétanos - Difteria - Tos ferina Acelular) | Dosis única a partir de la semana 26 de gestación en cada embarazo | Tétanos neonatal - Difteria - Tos ferina al recién nacido |

* Aplicar una dosis de refuerzo de influenza estacional entre los 12 y 23 meses de edad.

** De acuerdo al antecedente vacunal

Nota:

se incluye en el esquema nacional de vacunación la dosis de refuerzo de varicela a niños y niñas de todo el territorio nacional, que cumplan cinco años, a partir del 1 de julio de 2019.

Mamá Savia: recuerda que, para asegurar un mejor seguimiento de tu embarazo, es muy importante que siempre lleves a tus citas esta cartilla.

Resultados de pruebas de laboratorio e imágenes diagnósticas

| Estudio | Fecha | Resultado |
|--|-------|-----------|
| Urocultivo | | |
| Glicemia | | |
| Hemoglobina | | |
| Prueba VIH Trim 1 | | |
| Prueba VIH Trim 2 | | |
| Prueba VIH Trim 3 | | |
| Prueba Rápida Sífilis (Trim 1) | | |
| Prueba Rápida Sífilis (Trim 2) | | |
| Prueba Rápida Sífilis (Trim 3) | | |
| IgG Toxoplasma | | |
| IgM Toxoplasma | | |
| IgG Rubeola | | |
| PTOG con 75g | | Basal |
| | | 1 hora |
| | | 2 horas |
| Cultivo Rectovaginal Estreptococo del tipo B | | |

Otros estudios (registrar los que el médico considere pertinentes)

| Estudio | Fecha | Resultado |
|---------|-------|-----------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

Recuerde: esta información es para diligenciar por el personal de la salud.

Programación de mis controles prenatales

| N° de CPN | Fecha de cita asignada | Hora | Observación |
|-----------|------------------------|------|-------------|
| 1 | | | |
| 2 | | | |
| 3 | | | |
| 4 | | | |
| 5 | | | |
| 6 | | | |
| 7 | | | |
| 8 | | | |
| 9 | | | |
| 10 | | | |

Recuerde: esta información es para diligenciar por el personal de la salud.

Programación de otras consultas

| Tipo de cita | Fecha de cita asignada | Hora | IPS |
|-------------------|------------------------|------|-----|
| Odontología (#1) | | | |
| Odontología (#2) | | | |
| Nutrición | | | |
| Psicología | | | |
| Ginecobstetricia | | | |
| Ginecobstetricia | | | |
| Revisión Posparto | | | |

Recuerde: esta información es para diligenciar por el personal de la salud.

Información para el personal de salud que te atenderá en el parto

Esta información debe ser diligenciada por el médico o la enfermera del programa de Control Prenatal:

1. Método anticonceptivo elegido en la asesoría de planificación familiar:

2. Institución a la que debes acudir en caso de urgencia:

3. Institución a la que debes acudir para la atención del parto:

Seguimiento LUES

| | |
|--------------------------------------|--|
| Fecha prueba treponémica positiva: | |
| Resultado en Dils VDRL: | |
| Fecha primera dosis de tratamiento: | |
| Fecha segunda dosis de tratamiento: | |
| Fechas tercera dosis de tratamiento: | |

Recuerde: esta información es para diligenciar por el personal de la salud.

Eco Fecha

ARO
BRO

HISTORIA CLINICA MATERNO-PERINATAL - CLAP - OPS/OMS

IDENTIFICACION HISTORIA CLINICA: NOMBRE, DIRECCION, LOCALIDAD, TELEF., FECHA DE NACIMIENTO, ETNIA, LEE Y ESCRIBE, ESTUDIOS, ESTADO CIVIL, CONTROL PERINATAL EN, PARTO EN, REGIMEN, CONT, SUB, VIN, OTRO, NOMBRE EPS/ARS

ANTECEDENTES: FAMILIARES, PERSONALES, OBSTETRICOS, gestas previas, abortos, vaginales, nacidos vivos, viven, FIN EMBARAZO ANTERIOR, ULTIMO PREVIO, EMBARAZO PLANEADO/DESEADO, FRACASO DE METODO ANTICONCEPTIVO

GESTACION ACTUAL: PESO ANTERIOR, TALLA (cm), FUM, EG CONFIABLE por FUM, FUMA, CIGARRILLOS POR DIA, ALCOHOL, DROGAS, Td, Influenza, Dpta, EX NORMAL, ODONT, MAMAS, CERVIX, GRUPO Rh, CITOLOGIA, VIH, VDRL/RPR, SIFILIS CONFIRMADA POR FTA, Hb <20 sem, Hb >20 sem, AgSHB, PTO G, Urocultivo

Table with columns for date (dia, mes, año), vital signs (PESO, presión arterial, altura, temperatura, FCF, ritmo, Fo, Foleos, Calcio, IMC, Estado Nutricional), and a grid for daily observations (Signos de alarma, exámenes, tratamientos, Nombre Profesional, Cita / Dias).

PARTO ABORTO: FECHA DE INGRESO, CONSULTAS PRE-NATALES, HOSPITALIZ, EMBARAZO, CORTICOIDES ANTENATALES, INICIO T de P, RUPTURA DE MEMBRANAS ANTEPARTO, HORAS ENTRE RUPTURA Y PARTO, EDAD GEST al parto, PRESENTACION, ACOMPAÑANTE EN T de P

POSICION PARTO: sentada, acostada, cuclillas, EPISIOTOMIA, DESGARROS (1 a 4), OTOCOCOS EN ALUMBRAMIENTO, PLACENTA, LISADURA CORDON, MEDICACION RECIBIDA, Oxitocicos en TSP, Anest. Epidural, Anest. Regional, Anest. Genl, Sulfato de Mg, Transfusión, Otros, Espasmo, SE HIZO PARTO OPERARIO

NOTAS: ENFERMEDADES: HTA crónica, HTA gestacional, preeclampsia, eclampsia, cardiopatía, nefropatía, diabetes, anemia, Infec. Urinaria, amenaza parto preter, R.C.I.U., Ruptura prem de membranas, coico amnionitis, otras graves, 1er Trim, 2er Trim, 3er Trim, Postparto, infección puerperal, Bacteriuria, no se hizo

RECEN NACIDO: SEXO, PESO AL NACER, PER. CEFALICO, TALLA, E.G. CONFIABLE sem, PESO E.G., APGAR 1er min, 5er min, REANIMACION, FALLECE EN SALA DE PARTO, REFERIDO, ATENDIO, PARTO, NEONATO, PUERPERIO

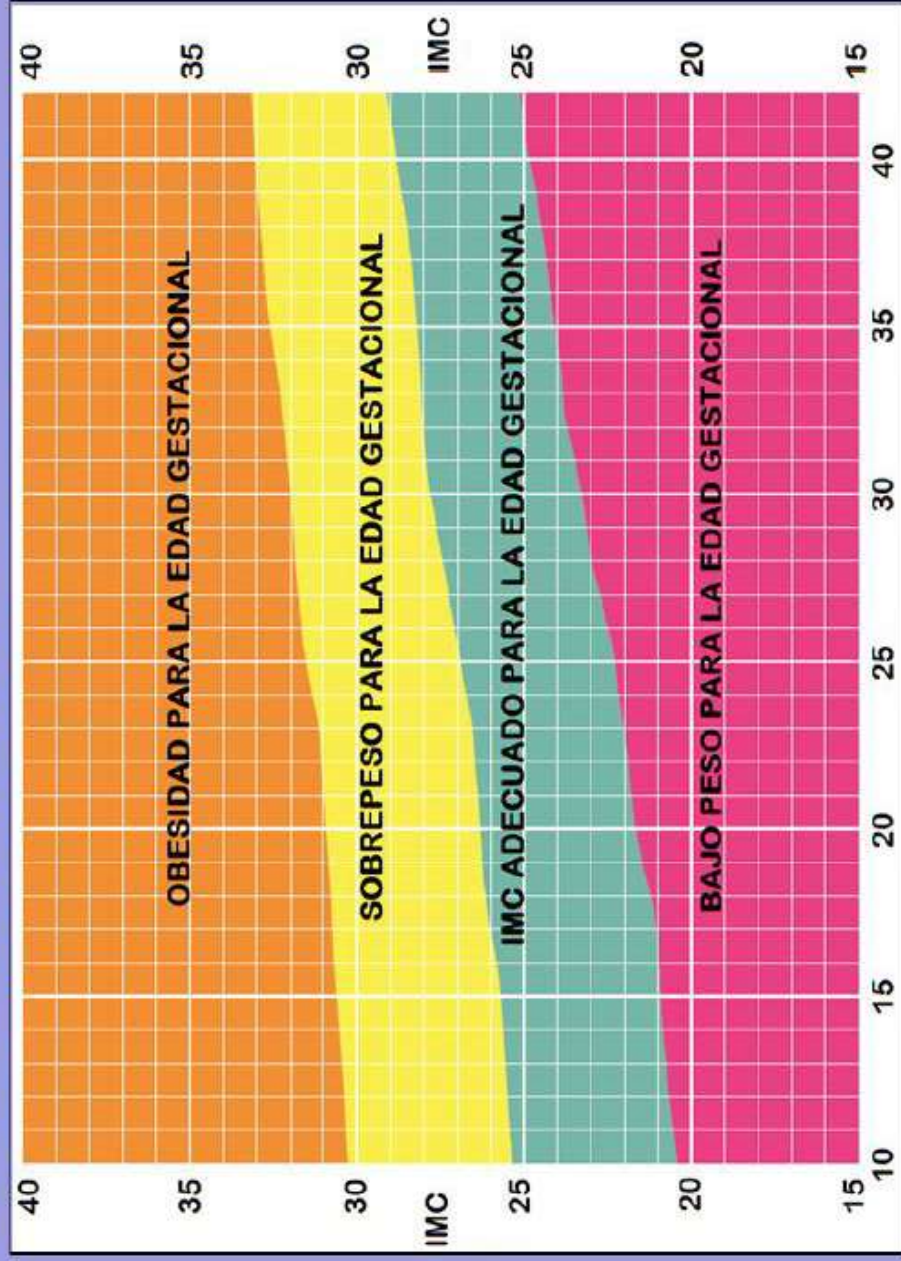
DEFECTOS CONGÉNITOS: ENFERMEDADES, TAMIZACION NEONATAL NORMAL: VDRL, TSH, Htpatía, Audición, Hipert. Bili., Meconio 1er día, Boca arriba

EGRESO MATERNO: EGRESO RN, VITAMINA K, GRUPO Rh, Profilaxis oftálmica, LACTANCIA, VACUNAS POLIO, BCG, Hepat. B, PESO AL EGRESO (g), HOURS EGRESO POSTPARTO, ANTIRUSEOLA POST PARTO, ANTI-CONCEPCION, NOMBRE DEL PROFESIONAL, REFERIDA POSTPARTO

EL COLOR AMARILLO SIGNIFICA ALERTA

Recuerde: esta información es para diligenciar por el personal de la salud.

IMC PARA LA EDAD GESTACIONAL



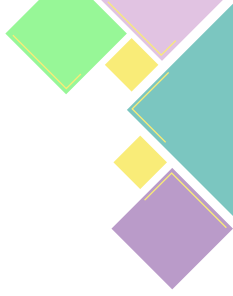
SEMANAS DE GESTACIÓN

Fuente: Atalah E, Castillo C, Castro R. Propuesta de un nuevo estándar de evaluación Nutricional de Embarazada Rev Med Chile 1997;125:1429-36.

Carta a mi bebé



A large yellow rectangular area with a dashed blue border, intended for writing a letter to the baby.



¡Savia Salud EPS te desea muchas felicitaciones
y te invita a disfrutar el milagro de dar vida
a un ser que amarás por siempre!

Tienes como compromiso llevar esta cartilla a todas
tus citas prenatales y al día de tu atención del parto.

Atención al usuario:

En nuestro sitio web www.saviasaludeps.com podrás
encontrar los diferentes programas de promoción y prevención,
adicional, puedes comunicarte a la línea de atención al usuario.

 Teléfono: 4481747 | 01800423683 Op. 1

Síguenos:  Savia Salud EPS  @saviasaludeps  @saviasaludeps  Savia Salud EPS


www.saviasaludeps.com



Cartilla Madres Gestantes

 Calle 44 a No. 55 - 44, Edificio Business Plaza, Piso 13

 **Línea de Atención Medellín** (4) 460 16 74
Línea gratuita 018000423683 opción 1

 **Correo:** atencionalciudadano@saviasaludeps.com

Síguenos:  Savia Salud EPS  @saviasaludeps  @saviasaludeps  Savia Salud EPS

Medellín - Antioquia

www.saviasaludeps.com