



Opciones de embarazo

Continuar con el embarazo y criar al niño.

Garantizando un embarazo saludable

- Comienza lo antes posible la atención prenatal, que es la atención médica necesaria durante el embarazo.
- Toma vitaminas prenatales con ácido fólico.
- Evita el alcohol, el tabaco y el consumo de drogas ilegales.
- Consulta con tu médico qué medicamentos de venta libre y recetados son seguros durante el embarazo.

Cobertura médica para el embarazo

Si no tienes seguro, Texas tiene programas que pueden ayudar a pagar la atención prenatal. Para obtener información sobre esos programas, visita:

www.dshs.texas.gov/healthytexasbabies/duringpregnancy.aspx

Los Centros de Salud Calificados Federalmente (FQHC, por sus siglas en inglés) a menudo ofrecen atención prenatal asequible y pueden ayudarte a inscribirte en los programas de atención médica para el embarazo. Para buscar una clínica FQHC, visita:

www.tachc.org/Online/Directories/Find-a-Community-Health-Center.aspx

Recursos de apoyo al embarazo/parto

All Options: www.all-options.org/ o llama al: 1-888-493-0092

Just Birth Space: www.justbirthspace.org/

Choices in Childbirth: everymothercounts.org/choicesinchildbirth/

Texas Nurse Family Partnerships (para padres primerizos):

www.nursefamilypartnership.org/locations/texas/

Recursos de apoyo práctico o financiero

Your Texas Benefits: www.yourtexasbenefits.com/Learn/Home

Texas Women, Infants, and Children (WIC): www.texaswic.org/

Texas Diaper Bank: www.texasdiaperbank.org/programs/#diaper_assistance_section

Safe Riders (asientos para auto gratuitos): www.dshs.texas.gov/saferiders/



Programa de asistencia energética para hogares de bajos ingresos:

liheapch.acf.hhs.gov/search-tool/

Complicaciones del embarazo y aborto

En ocasiones, el embarazo puede provocar un aborto espontáneo u otras complicaciones médicas para la persona embarazada o el feto. Los procedimientos médicos que pueden ser necesarios en estas situaciones son los procedimientos de aborto (medicamentos o dilatación y legrado o evacuación).

Texas ha prohibido el aborto electivo, lo que ha dificultado el acceso a estos servicios de aborto médicamente necesarios. Algunos proveedores de atención médica y hospitales pueden no proporcionar estos servicios por temor a ser criminalizados. Aunque nunca hay que esperar lo peor, saber de antemano lo que se puede esperar puede ser útil si ocurre algo.

Para estar segura de estar preparada:

- Consulta con tu obstetra/ginecólogo si puede y está dispuesto a proporcionar esta atención si fuese necesario.
- Si tu proveedor médico no puede proporcionar esta atención, pide ayuda para encontrar un proveedor que sí lo haga.
- Haz un plan para salir del estado para obtener la atención adecuada si te la niegan.