

Camarena Health's number one priority is you and your baby. Our team of providers are here to ensure that all mothers-to-be deliver a healthy baby through early planning and prenatal care.

Our doctors and staff will partner with you to plan for a positive childbirth experience through education, support, guidance and access to multiple services before, during and after you deliver.

The prenatal and childbirth services we provide include:

- Office visits with one of our providers.
- Ultrasound & Lab Services
- Delivery with one of our physicians
- Assisting in creating your labor and delivery plan
- Comprehensive Perinatal Services Program (CPSP)
- Extensive patient education
- Behavioral Health for before, during and after child birth
- Health & Breastfeeding Education & Nutrition Services
- Sweet Success for prenatal patients with gestational diabetes

What should you be prepared to discuss with your doctor at your visits?

- Selection of your pediatrician
- Registration for prenatal classes
- Registration for breastfeeding classes
- Discussing whether or not to circumcise your child
- Finalizing preparation for delivery of your child
- Selection of the hospital you will deliver at
- Do you have a car seat?
- Is the home ready for your newborn?
- Do you have the contact numbers to add your newborn onto your health insurance policy?

COMPREHENSIVE OB Program





Having a healthy pregnancy is your first step to having a healthy baby.

Our team will be with you every step to help with changes, challenges, and exciting milestones along the way.

During your pregnancy you will work closely with our Camarena Health care team which consists of doctors, nurse practitioners, health educators and behavioral health staff. Together your care team will help you make decisions, track milestones, and stay healthy through your pregnancy.

Camarena Health's team based care approach during your pregnancy will allow for seamless communication across departments and specialties. Everyone who cares for you during your pregnancy is connected and working as a team to keep you and your baby healthy.



Stages of Pregnancy

First Trimester: (1-12 weeks) is a busy time. Your baby will go through important stages of development, and you'll experience many changes of your own.

During the first 12 weeks of your pregnancy your medical history will be taken and a physical exam and prenatal lab panel will be completed. We will also perform an ultrasound to establish the due date of your baby. This is an opportunity for you to meet your provider and discuss the course of your prenatal care.

Second Trimester: (13-27 weeks) Welcome to your second trimester! Right about now your energy should be coming back and you may notice changes in your body. There are many milestones that happen during this stage of your pregnancy.

During the second trimester of your pregnancy, we will be seeing you at 4 week intervals and you can expect your provider to request additional lab work. We will screen for gestational diabetes and pregnancy induced anemia. At 20-22 weeks, an ultrasound will be performed to assure normal growth and possibly show the gender of your baby.

Third Trimester: (28-40 weeks) Your baby will experience the most growth during this trimester. We'll see you and your little one more often during this final stage of your pregnancy and focus on helping you prepare for your delivery.

From 28 - 36 weeks, we will see you every two weeks and from 36 weeks until delivery, we will see you weekly. During this period, we will discuss with you your birthing plans.

**Call for more information
(559) 664-4000**

camarenahealth.org

Las prioridades principales de Camarena Health son usted y su bebé. Nuestro equipo de profesionales de salud está aquí para asegurarse de que todas las futuras madres den a luz a un bebé saludable a través de una planificación temprana y cuidado prenatal.

Nuestros médicos y personal trabajarán con usted para planear una experiencia de parto positiva mediante educación, apoyo, orientación y acceso a varios servicios antes, durante y después del parto.

Los servicios prenatales y de parto que ofrecemos incluyen:

- Visitas al centro de salud con uno de nuestros profesionales de salud
- Servicios de ultrasonido y laboratorio
- Parto con uno de nuestros doctores
- Ayuda para crear su plan de alumbramiento y parto
- Programa completo de servicios perinatales (Comprehensive Perinatal Services Program, CPSP)
- Extensa educación para la paciente
- Salud del comportamiento para antes, durante y después del nacimiento del bebé
- Educación sobre la salud y la lactancia y servicios de nutrición
- El programa Sweet Success para pacientes prenatales con diabetes gestacional

Esté lista para hablar sobre lo siguiente durante sus visitas al médico:

- Selección del pediatra
- Inscripción en clases prenatales
- Inscripción en clases de lactancia
- Hablar sobre si se hará o no la circuncisión de su hijo
- Finalizar los preparativos para el parto
- Selección del hospital donde dará a luz
- ¿Tiene un asiento de seguridad para bebés?
- ¿Su hogar está listo para recibir al recién nacido?
- ¿Tiene los números de contacto para agregar al recién nacido a su póliza de seguro médico?

Programa de obstetricia

COMPLETO



camarenahealth.org



CAMARENA
HEALTH



Un embarazo saludable es su primer paso para tener un bebé saludable.

Nuestro equipo estará con usted en cada paso que dé para ayudarla con los cambios, los retos y los eventos clave emocionantes durante su embarazo.

Durante su embarazo, trabajará en conjunto con su equipo de atención de salud de Camarena Health. El equipo incluye a sus médicos, enfermeros y enfermeras, educadores de salud y el personal de salud del comportamiento. Juntos, su equipo de atención de la salud la ayudará a tomar decisiones, dar seguimiento a los eventos clave y mantenerse saludable durante el embarazo.

El enfoque de atención basada en equipo de Camarena Health le permitirá una comunicación continua entre departamentos y especialistas durante su embarazo

**Llame para obtener más información
(559) 664-4000**



camarenahealth.org

Etapas del Embarazo

Primer Trimestre: (Semanas 1 a 12) Es un momento de mucha actividad. Su bebé pasará por etapas importantes de desarrollo y usted experimentará muchos cambios también.

Durante las primeras 12 semanas del embarazo, se tomará su historial médico y se le harán un examen médico y un panel prenatal. También se hará un ultrasonido para determinar la fecha de nacimiento del bebé. Esta es una oportunidad para que conozca a su profesional de salud y discutir el curso de su cuidado prenatal.

Segundo trimestre: (Semanas 13 a 27)
¡Bienvenida al segundo trimestre! En esta etapa ya debería estar recuperando su energía y es posible que note cambios en su cuerpo. Muchos eventos clave ocurren durante esta etapa del embarazo.

Durante el segundo trimestre de embarazo, la veremos cada 4 semanas y puede esperar que su doctor pida más análisis. La examinaremos para ver si tiene diabetes gestacional o anemia causada por el embarazo. Entre las semanas 20 y 22, le haremos un ultrasonido para asegurarnos de que el crecimiento es normal y es posible que le podamos mostrar el sexo del bebé.

Tercer trimestre: (Semanas 28 a 40) Este trimestre es la etapa de mayor crecimiento de su bebé. La veremos a usted y a su bebé más a menudo durante esta etapa final del embarazo y nos enfocaremos en prepararla para el parto.

Entre las semanas 28 y 36, la veremos cada dos semanas. De la semana 36 hasta la fecha del parto, la veremos semanalmente. Durante ese periodo, hablaremos sobre sus planes de parto.