



## ¿Se agranda la familia?

### Obtenga el apoyo que merece

Ya sea que esté pensando en tener un bebé o si ya está embarazada, el programa Maternity CARE de UMR puede explicarle cómo reducir el riesgo de complicaciones y prepararle para tener un embarazo a término con éxito y un bebé saludable.

### Cómo podemos ayudar

Las mujeres más saludables tienen más probabilidades de tener bebés saludables. Si está pensando en formar una familia, nuestras enfermeras de obstetricia y ginecología con experiencia le ayudarán a comprender sus riesgos personales para la salud y le permitirán entrar en acción antes de quedar embarazada. Cuando llegue el momento, nuestras enfermeras tituladas le apoyarán con educación prenatal oportuna y llamadas de seguimiento, y le referirán a la administración de casos si surge una enfermedad grave. Su enfermera de CARE le llamará cada trimestre durante el embarazo y una vez después de que nazca su bebé.

También ofrecemos dos tipos de eventos mensuales para las miembros que estén inscritas en el programa o lo hayan terminado: clases virtuales y un grupo de apoyo para la lactancia. Y las miembros tienen acceso a asesoras de lactancia certificadas.

Si usted está embarazada y su embarazo se identifica como de alto riesgo, una enfermera de CARE supervisará su estado y colaborará para reducir los costos de sus reclamos durante todo el embarazo y el período después del parto.

Puede inscribirse usted misma en Maternity CARE o en el apoyo previo al embarazo, o bien se comunicarán con usted y la invitarán a participar si se identifica que está embarazada en una evaluación clínica de riesgos para la salud, una revisión de la utilización u otras referencias al programa.



### Vale la pena participar

Algunos programas Maternity CARE podrían incluir una recompensa o un incentivo.\* Para obtener información detallada adicional, consulte a su enfermera del programa Maternity CARE.

\* Para poder recibir el regalo de incentivo gratuito, debe inscribirse durante el primer o segundo trimestre de embarazo y seguir participando activamente en el programa cada trimestre de su embarazo.

## Una vez que se inscriba, recibirá...

### Llamadas telefónicas individuales con una enfermera de CARE, quien:

- Proporciona evaluaciones integrales previas al embarazo y prenatales
- Comparte información educativa antes de que usted quede embarazada y durante el embarazo
- Le alienta a llamar si tiene preguntas o dudas, y continúa comunicándose cada trimestre y nuevamente después del parto para saber cómo están usted y su bebé
- Envía a su médico una carta de cortesía para informarle que usted está en el programa

### Orientación de su persona de apoyo:

Usted también puede elegir identificar una persona de apoyo que pueda recibir una llamada educativa y un paquete educativo en formato electrónico. El paquete incluye información útil para apoyarle durante el embarazo, el trabajo de parto y el parto, y después del parto.

### Materiales educativos sin costo por correo:

Usted puede elegir entre una variedad de libros de alta calidad y otros materiales con información útil sobre el embarazo, el trabajo de parto prematuro, el parto, la lactancia y el cuidado del bebé.

### CARE dondequiera que vaya:

La aplicación CARE, desarrollada por Vivify Health, nos permite conectar a las miembros, dondequiera que se encuentren, con enfermeras del programa CARE a través de su dispositivo móvil. Nuestras enfermeras pueden consultar los indicadores de salud individuales a partir de los datos autoinformados o de dispositivos de monitoreo sincronizados, y pueden conectar virtualmente a las miembros mediante mensajes de texto, correo electrónico o a través de una videollamada. Es gratuito y confidencial.

### Apoyo sin costo:

El programa Maternity CARE es un valioso beneficio que le proporciona su empleador sin costo adicional para usted.

### Cuidado confidencial:

El programa CARE de UMR se toma muy en serio la confidencialidad. Es importante que sepa que no compartiremos ninguna información de salud personal identificable con su empleador. Su empleador solo recibe información de grupo. Los programas CARE de UMR funcionan de conformidad con todas las leyes federales y estatales sobre privacidad.

## COMENZAR

Su primer paso es inscribirse en el programa Maternity CARE. **Llame al 1-888-438-8105.**

