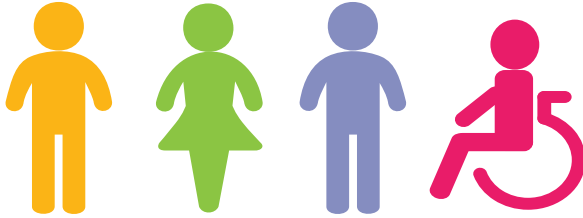




# **EMBARAZO**

**Conozca sus opciones,  
obtenga los hechos.**



Todas las personas tienen derecho a servicios de planificación familiar integrales que sean precisos, culturalmente competentes y no moralistas, **sin que el proveedor las presione o las haga sentir avergonzadas.** Las mejores prácticas clínicas de más de 35 organizaciones profesionales de expertos fueron combinadas para crear directrices nacionales que delinear estándares de cuidado para proveedores de planificación familiar. Estas directrices, conocidas como Providing Quality Family Planning Services (Prestación de Servicios de Planificación Familiar de Calidad) (por sus siglas en inglés, QFP), dejan claro que usted merece toda la información que necesite para decidir si está lista para el embarazo.

Los servicios están disponibles a través del NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY) y/o de su seguro. ¿No tiene seguro? Puede acudir a New York State of Health (NY Estado de Salud), [nystateofhealth.ny.gov](http://nystateofhealth.ny.gov), para encontrar opciones de seguro asequibles para usted, o puede pedirle ayuda a un proveedor de servicios de planificación familiar.

# ¿Cree que podría estar embarazada?

Tiene opciones y tiene derecho a recibir información completa sobre todas sus opciones, **sin que su proveedor haga suposiciones sobre su identidad o familia, la presione o la haga sentir avergonzada.**

## Atención prenatal

¿Quiere continuar su embarazo para ser madre o para dar en adopción? Acuda a atención prenatal lo antes posible para asegurar su salud y la de su embarazo. Los proveedores de atención prenatal monitorearán su estado de salud y el desarrollo de su embarazo, incluyendo la detección de trastornos que podrían afectar su embarazo o su salud. La atención prenatal está disponible a través de su seguro o de la cobertura ampliada de Medicaid. Si no tiene un proveedor de atención prenatal, puede acudir a un proveedor del NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY), consultar a su compañía de seguros, o llamar a la línea de apoyo Growing Up Healthy (Crecer saludable) al 1-800-522-5006 para obtener más información.

## Crianza

¿Está lista para ser madre, o listo para ser padre? El Estado de New York cuenta con servicios para apoyarlos a usted y a su familia en crecimiento. Llame a la línea de apoyo Growing Up Healthy (Crecer saludable) al 1-800-522-5006 para obtener más información y servicios que pueden estar a su disposición. Usted podría calificar para:

- Visitas domiciliarias para madres y bebés, en las que pueden darle apoyo durante y después de su embarazo.
- El Special Supplemental Nutrition Program for Women Infants and Children (Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños, WIC) les dará acceso a usted y a su bebé a alimentos saludables apoyo para la lactancia y asesoría en nutrición.
- Seguro de salud a través de New York State of Health (NY Estado de Salud), [nystateofhealth.ny.gov](http://nystateofhealth.ny.gov).
- Cuidado de niños asequible y de calidad a través de la Office of Children and Family Services (Oficina de Servicios para Niños y Familias, OCFS).

## Servicios de adopción

Si está considerando la adopción, puede hablar con un proveedor del NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY), un proveedor de atención prenatal, o pedir más información a la Office of Children and Family Services (Oficina de Servicios para Niños y Familias, OCFS).

## Servicios de aborto

Usted puede terminar su embarazo con un aborto seguro y legal en New York. Hable con un proveedor de planificación familiar de calidad sobre la mejor opción para usted. Algunas opciones son:

- **Abortos en clínica:** Estos son procedimientos ambulatorios seguros, por lo que no tiene que pasar la noche, y son realizados por un proveedor de servicios de salud con licencia.
- **Abortos médicos:** Si tiene menos de 10 semanas de embarazo, un aborto médico puede ser la mejor opción para usted. Significa que un proveedor de servicios de salud le administra un medicamento durante una consulta, y usted se va a casa con más medicamentos para terminar el embarazo.

Los seguros, incluyendo a Medicaid, cubren los servicios de aborto, por lo que el costo no es un obstáculo. Si no tiene un proveedor de servicios de salud, puede hablar con un proveedor del NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY) cerca de usted.

## ¿No está embarazada?

Dependiendo de si quiere quedar embarazada, y cuando quiere hacerlo, un proveedor de planificación familiar de calidad colaborará con usted para ayudarlo a elegir los servicios que necesita. Algunas opciones son:

## Control de la natalidad

Si no desea quedar embarazada, hable con un proveedor de servicios de salud autorizado sobre métodos de control de la natalidad que se ajusten a su estilo de vida. Todos los métodos aprobados están cubiertos por los seguros en el Estado de NY y están disponibles a través del NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY). Las opciones incluyen:

- **Opciones hormonales:** Estos son medicamentos que, al tomarlos de acuerdo con las indicaciones, son muy efectivos para evitar el embarazo. Incluyen pastillas anticonceptivas, parches, anillos e inyecciones.

- **Anticonceptivos reversibles de larga duración (por sus siglas en inglés, LARC):** Pueden ser hormonales o no hormonales, pero son aplicados por un proveedor de servicios de salud autorizado y pueden durar de 3 a 12 años, dependiendo de sus necesidades y su estilo de vida. Estas opciones incluyen tanto dispositivos intrauterinos (DIU) insertados en el útero como implantes colocados en su brazo.
- **Opciones de venta libre:** Estas incluyen los preservativos, que son cubiertos por el seguro. Los preservativos son el único método de control de la natalidad que puede proteger de las enfermedades de transmisión sexual, y siempre debe usarse con otro método anticonceptivo. También hay anticonceptivos de emergencia de venta libre. Los anticonceptivos de emergencia pueden ayudar a prevenir un embarazo si se toman en las primeras 48 a 72 horas después de las relaciones sexuales sin protección.

## Cuidados previos a la concepción

¿Quiere quedar embarazada? Si es así, díglele a su proveedor de servicios de salud que quiere quedar embarazada. Si es su elección, deben apoyar su decisión. Un proveedor de planificación familiar de calidad le ayudará a estar tan saludable como sea posible antes de quedar embarazada, y se asegurará de que usted conozca todos los recursos que tiene disponibles para que su embarazo sea seguro y saludable. Hable con su proveedor de servicios de salud sobre lo que necesita hacer para estar tan saludable como sea posible para iniciar un embarazo.

## Servicios para infertilidad

Si ha tenido dificultades para quedar embarazada, dígaselo a su proveedor para que puedan hablar sobre los servicios para infertilidad que tiene disponibles a través del NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY) y/o de su seguro. Los proveedores de servicios de planificación familiar de calidad apoyarán su decisión de tener hijos.

## Planificación familiar para personas LGBT

Para las personas y parejas LGBT que esperan crear familias con la asistencia de tratamientos de fertilidad, los proveedores de servicios de planificación familiar puede ofrecer ayuda con los exámenes iniciales y derivaciones a proveedores especializados de acuerdo con las necesidades de las familias.

# Es importante decidir en dónde obtiene la atención

**Usted tiene derecho a recibir su información y servicios de salud de proveedores de servicios de salud de calidad.** Asegúrese de que su proveedor ofrece servicios de alta calidad:

- **Los proveedores de servicios de planificación familiar de calidad** ofrecerán información sobre control de la natalidad, abortos, atención prenatal, crianza y adopción, sin presiones ni sesgos.
- **Los proveedores de servicios de planificación familiar de calidad** tendrán altos estándares de atención, como lo exige el NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY), y prestarán los servicios de salud reproductiva más actualizados y científicamente probados, sin hacer que se sienta presionada.
- **Los proveedores de servicios de planificación familiar de calidad** estarán autorizados para prestar servicios en el Estado de NY y podrán decirle el tipo de licencia que tienen. Los proveedores de servicios de salud que tienen licencia para atender a las mujeres y prestar servicios de planificación familia incluyen a:

## **Obstetras (OB)**

Médicos que tienen entrenamiento especial sobre la salud de la mujer, el embarazo y el alumbramiento.

## **Parteras autorizadas**

Las parteras autorizadas son profesionales que tienen entrenamiento especial en planificación familiar, atención prenatal y alumbramiento. Las parteras autorizadas pueden prestar una atención excelente a las mujeres que tienen embarazos sin complicaciones. De ocurrir un problema, o si tiene necesidades especiales, una partera la derivará a un obstetra.

## Médicos familiares

Los médicos familiares tienen entrenamiento especializado en los servicios de salud para la familia. Quizá ya visita a un médico familia para su atención. Algunos médicos familiares proporcionan servicios de planificación familiar y también cuidan de mujeres que tienen embarazos sin complicaciones, y pueden manejar muchas complicaciones comunes. Si también desea acudir a este médico para su embarazo, pregúntele si atiende a mujeres embarazadas. De ocurrir un problema, o si tiene necesidades especiales, el médico familiar la derivará a un obstetra.

## Enfermería - Nurse Practitioner (Enfermero profesional, NP) o Physician Assistant (Asistente médico, PA)

Los enfermeros profesionales y asistentes médicos son profesionales que, en algunas clínicas, pueden prestarle algunos servicios de cuidado prenatal de rutina, además de consultar a un médico o una partera. Estos profesionales médicos están entrenados para prestar atención prenatal.

### **¿No está seguro de que su proveedor esté autorizado en el estado de NY?**

Vea si participa en el NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY) o en su plan de seguro.

El NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY) ofrece servicios completos y confidenciales de planificación familiar y salud reproductiva a todas las personas, sin importar su capacidad de pago o su situación migratoria. Si un cliente no cuenta con cobertura de seguro, se usa una escala ajustable que se basa en los ingresos del cliente para determinar si se le cobrará una cuota. El NYS Family Planning Program (Programa de Planificación Familiar del Estado de NY) garantiza un alto estándar de atención para todos sus clientes, ofreciendo servicios completos, oportunos, asequibles, basados en evidencias, voluntarios, confidenciales y respetuosos.

