

Dirección:

Teléfono:

Contactos:

Si no se mueve el bebé por más de 6 horas, si tienes sangrado o salida de líquido por la vagina, ataques o convulsiones, dolor intenso en el abdomen, contracciones, dolor de cabeza fuerte y persistente o vómito constante, acude de inmediato al hospital.

Dirección:

Teléfono:

Contactos:

Recuerda que ante una situación de emergencia durante tu embarazo, parto o cuarentena, que pueda comprometer tu vida, puedes acudir al hospital más cercano, incluso si corresponde a otra institución pública de salud como: IMSS, ISSSTE, DIFEM O ISEM.



DESCARGA Y COMPARTE



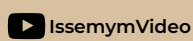
LA VERSIÓN DIGITAL

CE: 234/C/029/24

Mayor información:
Instituto de Seguridad Social
del Estado de México y Municipios
Subdirección de Salud, ISSEMYM.

Edificio Tella, primer piso, 21 de Marzo núm. 101,
esq. Ezequiel Ordóñez, col. La Merced,
Toluca, Estado de México.

☎ 722 226 19 00, exts. 135 1061, 135 1066, 135 1068.



Plan de seguridad en el **embarazo y el parto**



GOBIERNO DEL
ESTADO DE
MÉXICO

issemym

Plan de seguridad en el embarazo, parto y cuarentena

Tener un plan personal y familiar para la atención del embarazo, parto o puerperio es importante, ya que las emergencias ocurren en cualquier momento y lugar, por eso, el personal de salud te ayudará a elaborar tu plan de seguridad, el cual debe considerar:

- Conocer los datos de alarma y si se presentan, qué hacer, a quién llamar o a dónde acudir.
- Dónde puedes recibir atención de urgencia.
- Lugar donde se atenderá el nacimiento.
- Fecha probable en que nacerá tu bebé.
- Cómo llegar (ruta y medio de transporte).
- Qué documentos y objetos debes llevar.
- Qué método de prevención de embarazo utilizarás después del nacimiento.
- Quiénes participarán en el plan de seguridad (familiares, amigos, etcétera).
- Si ya tienes hijos, quién se hará cargo de ellos.

Dedica un poco de tiempo para platicar con las personas que pueden apoyarte para actuar en caso de emergencia.

Responde con el personal de salud las siguientes preguntas:

Nombre:

Clave ISSEMyM:

Domicilio:

Fecha probable del parto:

Unidad médica en la que atenderán tu parto:

¿Qué transporte utilizarás?

Si tienes otros hijos, ¿quién los cuidará?

¿Cuánto tiempo tardas en llegar de tu casa a la unidad médica?



En caso de que tuvieras alguna complicación o urgencia:

¿A quién le avisarás?

¿A dónde vas a acudir?

¿Quién te acompañará?

Y si esa persona no está, ¿quién más podrá hacerlo?

¿Qué transporte utilizarás?

¿Sabes quién más te puede ayudar?

Durante el embarazo, el parto o la cuarentena, ¡Haz caso a las señales de tu cuerpo!

Si se te hincha la cara, las manos o los pies; te duele la cabeza, escuchas zumbidos, ves lucécitas, tienes fiebre y escalofríos...

Acude inmediatamente a tu clínica.