

# Cómo reducir la posibilidad de tener una cesárea

Un tercio de los bebés en Estados Unidos nacen mediante cesárea. Muchas de estas cesáreas son médicamente necesarias para proteger la vida de la madre y la del bebé. Sin embargo, muchas cesáreas se pueden evitar.

## ¿Qué puede hacer para reducir sus posibilidades?

- **Comuníquese.** Hable con su médico o con una enfermera-partera. Avíseles que solo desea una cesárea si es absolutamente necesaria. Luego, trabajen juntos para reducir sus posibilidades.
- **Considere contratar una doula.** Una doula es una persona capacitada que puede brindarle apoyo antes, durante y después del nacimiento. Se ha demostrado que el apoyo constante de alguien ayuda a las mujeres a tener mejores resultados en el parto. Molina cubre el apoyo de la doula.
- **Hable con su médico** sobre en qué momento del trabajo de parto debe acudir al hospital.
- **Considere inscribirse en una clase comunitaria de parto** en el hospital donde va a dar a luz.

## Cree su equipo de atención para el nacimiento

- Pregúntele a su médico o enfermera-partera acerca de su enfoque del trabajo de parto y el parto y cómo puede evitar que le hagan una cesárea.
- Considere obtener el apoyo de una doula. Llame a nuestro Programa Motherhood Matters al (866) 891-2320.



¿Tiene alguna pregunta? Comuníquese con nuestra Línea de Asesoramiento de Enfermería disponible las 24 horas. Estamos a su disposición para ayudarla.

English: (888) 275-8750 | Español: (866) 648-3537 | TTY/TDD: 711

Para obtener esta información en otros idiomas y en formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. Este número figura en el dorso de su tarjeta de identificación de miembro.

Distribuido por Molina Healthcare. Todo el material que aparece en este volante tiene fines informativos solamente. No reemplaza las recomendaciones de su proveedor.

