

# LISTA DE VERIFICACIÓN PARA LA VISITA MÉDICA PRENATAL

## Para antes y durante el embarazo



Los controles prenatales regulares son vitales para un embarazo saludable. Cada visita es una oportunidad para hacer preguntas o tratar preocupaciones. Es importante comunicarse abiertamente para obtener la mejor atención.

- ✓ **Iniciar la atención temprana**  
Comience los controles prenatales lo antes posible y asista a todas las citas programadas.
- ✓ **Evaluación de la historia clínica**  
Haga que su proveedor de atención médica revise su expediente médico y de embarazos anteriores.
- ✓ **Exámenes de rutina**  
Hágase controles médicos periódicos, incluyendo el control del peso y de la presión.
- ✓ **Pruebas de diagnóstico**  
Participe de exámenes para monitorear su salud y la de su bebé durante el embarazo.
- ✓ **Escaneos de desarrollo**  
Hágase ultrasonidos para controlar el crecimiento y el progreso del desarrollo de su bebé.
- ✓ **Controles de ritmo cardíaco**  
Escuche los latidos del corazón de su bebé, en general comienzan alrededor de las 10 semanas (aproximadamente 2 meses y medio) de embarazo.
- ✓ **Recomendaciones sobre alimentación y estilo de vida**  
Obtenga asesoramiento sobre nutrición, ejercicio y cómo mantener hábitos saludables.
- ✓ **Vitaminas y medicamentos**  
Hable con su médico sobre las vitaminas prenatales y cualquier medicamento necesario.
- ✓ **Identificación de riesgos**  
Esté atenta a cualquier riesgo potencial asociado a su embarazo según lo evaluado por su proveedor de atención médica.
- ✓ **Apoyo educativo**  
Obtenga información sobre el embarazo, el parto y el cuidado posnatal con su proveedor de atención médica.

Para obtener más información, visite:  
[everymothereverychild.org](http://everymothereverychild.org)



Cook County DEPT. of  
Public Health

**BUILDING**  
**HEALTHIER**  
**COMMUNITIES**