

# Plan Materno Infantil

**Durante el embarazo OSPEP brinda atención especializada y cuenta con un programa médico dedicado a la futura mamá y a su familia.**

## Algunas recomendaciones:

- ✿ Antes de decidir el embarazo recibir la vacuna contra la Rubéola si no la ha recibido o si no ha sufrido la enfermedad.
- ✿ Elegir un obstetra antes del tercer mes de embarazo, para el correcto seguimiento del mismo.
- ✿ Gran parte de los tratamientos odontológicos no están prohibidos.
- ✿ Evitar el tabaco, el alcohol, las drogas, rayos X y automedicarse.
- ✿ Hay infecciones que pueden afectar al bebé.
- ✿ Evitar el contacto con personas con enfermedades contagiosas.
- ✿ Es importante llevar una alimentación balanceada y completa.
- ✿ Se puede realizar cualquier tarea menos las que requieren de esfuerzo físico.
- ✿ Las relaciones sexuales no están prohibidas a menos que aparezca dolor o pérdidas, en ese caso consulte a su médico.

**OSPEP brinda una cobertura al 100% en todo lo que abarca al embarazo y parto, a partir del momento del diagnóstico y hasta el primer mes luego del nacimiento, y la atención del bebé hasta el año de edad**