



Obra Social del Personal del Espectáculo Público

RNOS 1-0710-7

Pasco 154 (1081) Cap. Fed. info@ospepsalud.com.ar Tel (011) 4951-2538/2649 0810-999-6773



*“La OSPEP puede y avanza,
se lanzan los programas de prevención de la salud 2005”*

PLAN MATERNO INFANTIL

FICHA TOCGINECOLOGICA

FECHA:.....

Datos de la afiliada

NOMBRE Y APELLIDO:.....
 N° DE BENEFICIARIA:.....
 EDAD:.....
 DIRECCION Y TELEFONO:.....
 LOCALIDAD/ PROVINCIA.....
 ESTADO CIVIL.....

Cantidad de Gestas.....Paridad.....Cesáreas.....

FUM:.....

FECHA PROBABLE DE PARTO:.....

BREVE DETALLE SOBRE ESTUDIOS REALIZADOS

.....
.....

Datos del médico

FIRMA Y SELLO MEDICO:

INSTITUCION EN DONDE SE REALIZO LA PRESTACION:

Nota: el presente formulario tiene validez de cobertura al 100%, para la madre hasta un mes después de la fecha probable de parto.
Para el bebe la cobertura al 100% se extiende hasta el año de vida.

PLAN MATERNO INFANTIL

Le rogamos que preste atención a lo que a continuación tratamos de explicarle así Ud. podrá aprovechar todas las prestaciones que nuestra Obra Social le brinda.

Correspondería que durante su embarazo no deje de realizarse el estudio vaginal por Papanicolaou, con lo cual apuntamos a detectar precozmente el cáncer de cuello uterino. Este mismo estudio deberá Ud. repetirlo durante el puerperio en su segunda visita, para dar mayor margen de seguridad a la búsqueda.

De todos modos, le recordamos algunos **consejos útiles**:

- Elija un obstetra antes del sexto mes de embarazo. Hasta el octavo mes, el médico la citará una vez por mes. Luego irá cada quince días y cercano a la fecha probable de parto, una vez por semana. Le recomendamos que no falte a sus citas.
- Debe saber que gran parte de los tratamientos odontológicos no están prohibidos durante el embarazo.
- Durante el embarazo Ud. deberá evitar el tabaco, las bebidas alcohólicas y el consumo de otras drogas, por ser perjudiciales para su salud y especialmente para la salud de su bebé. Como norma general evite tomar cualquier tipo de medicamento durante el embarazo, a menos de que haya sido aconsejado por su médico. La exposición a radiaciones (rayos X) puede ser peligrosa para el bebé, por lo que solamente deberán realizarse las radiografías estrictamente necesarias y/o autorizadas por el especialista.
- En cuanto a su alimentación, ésta debe ser completa y balanceada. Deberá incluir todo tipo de alimentos, en especial aquellos que contienen proteínas, hierro y los que contienen fibras y vitaminas. No ingiera demasiadas harinas ni dulces porque engordan mucho y alimentan poco. Y fundamentalmente no se exceda. Lo ideal es que al final del embarazo, Ud. no tenga un sobrepeso mayor a 9-12 kilos.
- Las relaciones sexuales no están prohibidas durante el embarazo. Sólo debe interrumpirlas si aparece dolor o pérdida de líquido o sangre por los genitales, y consultar al médico.
- Recuerde que el mejor alimento para su bebé es la leche materna.
- Concurra a su médico cuando tenga:
 - fiebre
 - dolor de vientre
 - dolor de estomago
 - dolor de cabeza
 - visión borrosa
 - hinchazón en alguna parte del cuerpo
 - vómitos: excesivos episodios en el día
 - mareos
 - perdida de sangre o liquido por genitales
 - repentinamente ha dejado de percibir los movimientos del bebe
 - golpes o caídas fuertes

Y no olvide que es necesario realizarle a su bebe los estudios de fenilcetonuria, hipotiroidismo y fibrosis quística para detectar enfermedades que se pueden prevenir desde su nacimiento.

Necesitamos que nos remita a la seccional más cercana de OSPEP, los resultados de esos estudios para poder realizar un seguimiento del programa y poder tramitarte el carnet de PMI.