



Healthy Start puede ayudarle a usted y su bebé a mantenerse saludable!

El programa Healthy Start la apoya durante el embarazo y con su recién nacido. Nuestras trabajadoras pueden ayudarle por teléfono, durante visitas en casa o en otro lugar que sea mejor para usted. Estamos aquí para satisfacer SUS necesidades.

Conozca más sobre nuestros servicios gratuitos:
EveryBabyDeservesAHealthyStart.org

Cómo inscribirse en Healthy Start

Su proveedor médico debe ofrecerle el formulario de tamizaje de Healthy Start a todas las mujeres embarazadas en su primera cita prenatal y a los recién nacidos en el hospital o centro de nacimiento. Si a usted no le ofrecen este formulario – **pregunte por él!**

Mujeres embarazadas y padres/personas responsables de un bebé o niño menor de 3 años pueden también llamar a Connect o completar un formulario electrónico en wellfl.info/ConnectReferral para inscribirse.



Connect
877-678-WELL



**Healthy
Start**

Central & North Central
Healthy Start Coalitions

Aprender más acerca de Healthy Start:
EveryBabyDeservesAHealthyStart.org

Síguenos en:  

Healthy Start of North Central Florida

CONDADOS: Alachua, Bradford, Columbia, Dixie, Gilchrist, Hamilton, Lafayette, Levy, Marion, Putnam, Suwannee, Union

Central Healthy Start

CONDADOS: Citrus, Hernando, Lake, Sumter

OFICINA ADMINISTRATIVA 1785 NW 80th Blvd., Gainesville, FL 32606

Un socio afiliado de WellFlorida Council



Patrocinado por el Estado de la Florida, el Departamento de Salud, HEALTHY START MOMCARE NETWORK, INC., y la Agencia para la Administración de Servicios de Salud del Estado de la Florida



**Cada Bebé Merece Un
Comienzo Saludable**



**Healthy
Start**

Central & North Central
Healthy Start Coalitions

Un programa de visitas en casa para mujeres embarazadas, padres, y familias con bebés y niños hasta los 3 años de edad

Visitas en Casa

- Apoyo personalizado en su casa o en el lugar que le sirva a usted
- Tendría una mentora mientras está embarazada y después del nacimiento de su bebé
- Apoyo encontrando ayuda para cubrir sus necesidades



Apoyo Amable



Prepárese para su Bebé

Apoyo durante el Embarazo

- Aprenda cómo su cuerpo y mente cambian durante el embarazo
- Obtenga información sobre lo que puede ayudar o arriesgarla a usted y a su bebé
- Aprenda lo que pasa cuando llega el momento del nacimiento de su bebé
- Aprenda los signos de alerta que significan que puede tener a su bebé temprano

Apoyo a la Lactancia

- Obtenga respuestas a todas sus preguntas
- Descubra cuáles son las mejores maneras de amamantar que funcionen para usted y su bebé
- Aprenda por qué amamantar es bueno para usted y su bebé



Ayuda con el Amamantamiento

Apoyo con la crianza

- Alístese para la llegada de su bebé
- Haga seguimiento de la manera como su bebé crece
- Sea el primer maestro de su bebé
- Aprenda formas divertidas de jugar y conectarse con su bebé



Habilidades para una Crianza Positiva

Mantenga a su Bebé Saludable



Cuidado del Recién Nacido

- Cuidado de su recién nacido
- Consejos de seguridad al dormir, con la silla del auto y más
- Aprenda lo que su bebé puede comer y beber
- Aprenda cómo su bebé crece y cambia

Pare de Fumar



Salud y Bienestar

- Planee el futuro de su familia
- Elija hábitos saludables para usted y su familia
- Obtenga apoyo para su familia
- Encuentre ayuda cuando se sienta ansiosa, estresada o triste después de tener a su bebé