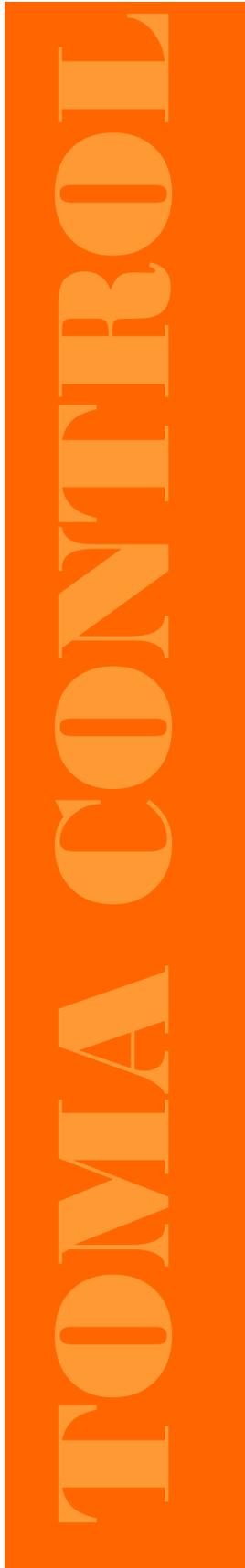


TOMA CONTROL

**TOMA
CONTROL
De Tu
Salud
Reproductiva**

access

JUSTICIA DE LA SALUD
PARA LA MUJER



¡TOMA CONTROL! De tu Salud Reproductiva

Tal vez estas leyendo esta guía porque estas enfrentando un embarazo que no fue planeado o que no deseas mantener. Esta experiencia puede ser muy difícil y emocional para muchas mujeres. Debes de saber que no estas sola; 50% de los embarazos no son planeados o deseados. Esta guía te ofrece la información básica que tu necesitas saber si estas enfrentando un embarazo no planeado o no deseado. En esta guía, encontrarás información sobre tus derechos a recibir servicios de salud reproductiva, los métodos para prevenir el embarazo, las opciones que tienes cuando enfrentas un embarazo no planeado o deseado, y los recursos que existen para pagar por tu cuidado de salud reproductiva. Si necesitas ayuda o información adicional, **llama a la línea gratuita de ACCESS al 1-888-442-2237.**

Esta guía incluye:

Conoce tus Derechos a la Salud Reproductiva.....	3
Derechos de los menores de edad.....	3
Derechos de los inmigrantes indocumentados.....	5
Como Prevenir el embarazo	6
Tus opciones.....	18
Como Pagar por el Cuidado Medico.....	21

¡Conoce tus Derechos a la Salud Reproductiva!

¡Tú debes tomar todas tus propias decisiones sobre tu salud! Debes decidir cuándo y con quién tener relaciones sexuales, si deseas tener hijos y cuándo y cómo protegerte para prevenir un embarazo y protegerte en contra de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

Tú tienes el derecho de hacer muchas de estas decisiones por ti misma y de manera confidencial (donde el médico o la clínica no puede decirle a nadie que tú recibiste los servicios), y hay programas que pueden ayudarte a conseguir lo que necesitas. ¡Para poder tomar control de tu vida y tu salud, tienes que saber cuales son tus derechos!

DERECHOS DE LOS MENORES DE EDAD

EL ABORTO

Leyes

De acuerdo con las leyes de California (Código Familiar de California 6925), un menor (una persona que tiene menos de 18 años de edad) puede consentir a muchos tipos de cuidados médicos y recibir el cuidado confidencialmente, con la excepción de la esterilización (o sea, la ligadura de trompas o la vasectomía) y algunos tratamientos de salud mental. Ciertos códigos de Salud y Seguridad de California [123.110 (a) y 123.115 (a)], les prohíben a los profesionales médicos que les informen o les pidan permiso a tus padres o guardianes sobre cualquier servicio que solicites relacionado con el embarazo. California NO requiere el consentimiento de los padres o la notificación a los padres para que un menor de edad busque información o tenga un aborto.

Servicios

Algunos de los servicios específicos que tienes el derecho de recibir por tu propia cuenta son:

1. exámenes de Papanicolaou, planificación familiar y control de la natalidad, incluyendo la anticoncepción de emergencia (para aprender más acerca de este anticonceptivo vea la página sobre la prevención del embarazo). Aunque el Código de Salud y Seguridad de California 123450 niega el acceso a servicios de aborto sin notificar a los padres, la Corte Suprema de California ha dictado que esta ley es inconstitucional.
2. pruebas y tratamiento de las ITS
3. pruebas y tratamiento para el VIH / SIDA
4. pruebas de embarazo y cuidado prenatal
5. servicios de aborto
6. algunos servicios ambulatorios de salud mental

Como Pagar por el Cuidado

Si una joven menor de edad desea recibir cobertura financiera para los servicios de salud confidencialmente, como para los costos de un aborto, ella puede solicitar Medi-Cal para Menores (llamado ‘Minor Consent Services’). Este programa es para jóvenes de menos de 21 años. Los únicos requisitos para calificar para este programa son que la menor de edad dependa financieramente de sus padres o guardianes y que proporcionar sus talones de cheque *si esta empleada*. No necesita identificación. (Vea nuestra sección Pagando por el Cuidado para obtener más información sobre este y otros programas.) Incluso si el menor tiene seguro médico por sus padres, y existe una posible infracción de su confidencialidad si usa ese seguro para los servicios que necesita, puede aplicar para el Medi-Cal para Menores.

CUIDADO PRENATAL

Leyes

Los menores también pueden solicitar y recibir atención prenatal sin el consentimiento ni el permiso de nadie.

Como Pagar por el Cuidado

Medi-Cal para Menores puede cubrir los costos del cuidado prenatal para menores que deseen mantener sus embarazos privados. De nuevo, lo único que tienen que presentar para aplicar son sus talones de cheques *si tienen empleo*. Es importante saber que el programa requiere que el menor re-aplique *cada mes* para seguir con los beneficios del programa, así que si la menor quiere recibir servicios de cuidado prenatal tiene que volver a aplicar cada mes para seguir recibiendo servicios confidenciales durante todo el embarazo.

ADOPCIÓN

Leyes

De acuerdo con las leyes de adopción en California, los menores no tienen que obtener permiso de sus padres para poner a sus hijos en adopción. Sin embargo, es posible que necesiten obtener el consentimiento del otro padre del niño, a menos que él o ella no responda al primer aviso de la adopción. El único caso en que se necesita consentimiento de los padres es si el bebé es colocado en el cuidado de los padres y el menor quiere renunciar a sus derechos sobre el bebé.

Como Pagar por el Cuidado

Si va a poner al bebé en adopción no tiene que pagar nada para hacer esto. Para obtener más información acerca de la adopción, vea la información de estas organizaciones:

- **Adoption Choices of Northern California,**

- www.womenshealthspecialists.org/our-services/adoption
- **Adoption Connection**, www.adoptionconnection.org
- **PACT**, www.pactadopt.org, 800-750-7590

DERECHOS DE LOS INMIGRANTES INDOCUMENTADOS

EL ABORTO Y EL CUIDADO PRENATAL

Leyes

En California, las mujeres indocumentadas tienen los mismos derechos que otras mujeres para acceder a muchos tipos de cuidados médicos. Si eres indocumentada, tienes el derecho de buscar y recibir cuidado prenatal, el aborto y planificación familiar de manera confidencial.

Como Pagar por el Cuidado

Las mujeres de bajos ingresos, independientemente de su estado migratorio, son elegibles para Medi-Cal Restringido para Embarazo para cubrir los costos de un embarazo. Si están buscando atención prenatal inmediata, estas mujeres también son elegibles para un programa llamado ‘Elegibilidad Presunta’ (Presumptive Eligibility o PE) de Medi-Cal. Las mujeres de ingresos medios, que no califican para los programas de Medi-Cal, también son elegibles para AIM y no tienen que proporcionar sus números de Seguro Social. Las mujeres inmigrantes indocumentadas no son elegibles para el Medi-Cal con cobertura completa ni para el Medi-Cal para Menores. Para más información sobre estos programas, consulte nuestra guía de Pagando por el Cuidado.

ADOPCIÓN

Leyes

Los inmigrantes indocumentados pueden poner a sus hijos en adopción sin poner en peligro su estado migratorio. Si sus niños no son ciudadanos del EE.UU., es posible que tengan que pasar por el proceso de adopción internacional en vez de el proceso domestico.

Como Pagar por el Cuidado

Hay organizaciones sin fines de lucro en California que ayudan a las madres biológicas, independientemente de su estado migratorio, a entrar al proceso de adopción por poco dinero. Llame a las organizaciones especializadas en la adopción para obtener más información sobre estos servicios.

Como Prevenir un Embarazo

Tu tienes el derecho a decidir si, cuándo, dónde, con quién y cómo tener relaciones sexuales y cuando tener hijos. Si deseas evitar infecciones de transmisión sexual o no quieres estar embarazada, tienes el derecho a saber cuales son tus opciones médicas, tomar tus propias decisiones y tomar control sobre tu vida.

Al decidir qué método anticonceptivo deseas utilizar, pregúntate:

- ¿Qué tipos de anticonceptivos te interesa usar o NO usar?
- ¿Qué tipos de anticonceptivos has usado en el pasado?
- ¿Qué te gusta/disgusta de este método anticonceptivo? ¿Por qué dejaste de usarlo?
- ¿Cómo te sentirías si te embarazaras ahora? ¿Qué tan importante es prevenir un embarazo ahora?

La siguiente tabla te da información básica sobre los diferentes métodos que puedes utilizar para prevenir el embarazo, y te da un punto de partida para determinar qué método podría ser mejor para ti. Una vez que creas que sabes cual opción quieres probar, sabes si tienes acceso a un médico o clínica donde se lo puedes conseguir? ¿Tienes seguro médico que lo cubre?

Ve nuestra guía de ‘Cómo Pagar por el Cuidado’ para información acerca de Family PACT, un programa que puedes utilizar para cubrir el costo de la mayoría de los servicios de planificación familiar. Para localizar un proveedor que acepta Family PACT, haz clic [aquí](#). ¡No dudes en llamar a la Línea de Salud de ACCESS al 1-888-442-2237 si tienes cualquier pregunta!

Métodos Anticonceptivos

Método	¿Que es?	¿Cuanto Cuesta? ¹	¿Que efectivo es?	Positivo	Negativo	Posibles Efectos Secundarios
Métodos de Barrera sin Hormonas						
Condomes/Preservativos	Una tela de plástico o látex que se pone sobre el pene o adentro de la vagina que físicamente impide que la esperma entre en la vagina y el útero.	condón para hombre: \$0.20-\$2.50 : \$2.50-\$5.00	85 - 98 % (condón para hombre) ² 79 - 95% (condón para mujer) ³	-barato -se puede comprar sin receta -previene el VIH/SIDA y los ITS	-requiere la cooperación de la pareja -se puede romper -puede interrumpir la espontaneidad	Alergias a el látex o al plástico del cual se hacen los condones

¹ Estos precios son aproximados. Los precios pueden cambiar dependiendo de adonde compre los métodos anticonceptivos.

² UCSF Medical Center, Women's Health Matters, Birth Control Methods, July 2004

³ UCSF Medical Center, Women's Health

Diafragma	Un dispositivo de plástico que se inserta en la vagina antes del sexo y impide que la esperma entre el útero.	\$30 a \$50, mas el costo de un examen medico	84 – 94 %	-solamente se usa antes del sexo -tiene muy pocos o ningún efecto secundario	-se tiene que insertar correctamente -se tiene que usar con gel espermicida - puede interrumpir la espontaneidad - no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH	Posibles infecciones de la vejiga
Capuchón Cervical	Un dispositivo de plástico que se inserta en la vagina en la entrada del cuello uterino antes del sexo y impide que la esperma entre el útero.	Empieza a \$72, mas el costo de un examen medico	84 – 92 % 68 – 74 % (para mujeres que han tenido un parto vaginal)	-solamente se usa antes del sexo -tiene muy pocos o ningún efecto secundario	-se tiene que insertar correctamente -se tiene que usar con gel espermicida - puede interrumpir la espontaneidad -no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH	Posibles infecciones de la vejiga

Dispositivo Intrauterino de Cobre	Es un dispositivo de cobre en forma de una 'T' que se inserta en el útero por un profesional medico, mata y bloquea la esperma, y se puede usar hasta diez años	\$200 a \$300, mas el costo de un examen medico para insertar el dispositivo y para las visitas de seguimiento	99 %	-pocos efectos secundarios -largo plazo -fácil de usar -rápida recuperación de la fertilidad después de que se termine de usar	-el alto costo inicial -se tiene que insertar y remover por un profesional medico -no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH	-calambres ocasionales -menstruación mas pesada
Métodos Hormonales						
Píldora Anticonceptiva Combinada	Una píldora con hormonas artificiales que previenen que los ovarios liberen óvulos, que espesan las membranas mucosas del cuello uterino, y que debilitan las paredes del útero	\$5 a \$35 cada mes, mas el costo de un examen medico	92-99 %	-ciclos de menstruación mas regulares -menos calambres durante el periodo -puede mejorar los síntomas y malestares del síndrome pre-menstrual	-se tiene que tomar la píldora diariamente al mismo tiempo todos los días -posibles efectos secundarios por las hormonas -no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH	-nausea -dolores de cabeza -sangrado irregular -cambios de humor -riesgo de derrame cerebral o ataques cardiacos

<p>Parche Anticonceptivo</p>	<p>Un parche pequeño de plástico que se pega en la piel y libera hormonas artificiales que impiden que los ovarios liberen óvulos, que espesan las membranas mucosas del cuello uterino, y que debilitan las paredes del útero</p>	<p>\$50 cada mes por un paquete de tres parches, mas el costo de un examen medico al principio</p>	<p>92-99 %</p>	<p>-solamente se tiene que reaplicar una vez por semana -un nivel constante de hormonas = menos efectos secundarios -ciclos de menstruación mas regulares -no se tiene que planear antes de tener sexo</p>	<p>-se tiene que cambiar el parche a tiempo -no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH -no es recomendado para mujeres con enfermedad hepática, coágulos de sangre, o cáncer del mama o uterino</p>	<p>-dolores de cabeza -sangrado irregular -cambios de humor -riesgo de derrame cerebral o ataques cardiacos -posible irritación de la piel</p>
------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Anillo Vaginal	Un anillo pequeño y flexible (hecho de plástico) que se inserta en la vagina y libera hormonas artificiales que impiden que los ovarios liberen óvulos, que espesan las membranas mucosas del cuello uterino, y que debilitan las paredes del útero	\$35 a \$50 cada mes, mas el costo de un examen medico	92-99%	-solamente se reinserta una ves por mes -niveles constantes de hormonas = menos efectos secundarios -ciclos de menstruación mas regulares -no se tiene que planear antes de tener sexo	-se tiene que cambiar el anillo a tiempo cada mes -no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH -no es recomendado para mujeres con enfermedad hepática, coágulos de sangre, o cáncer del mama o uterino	-dolores de cabeza -sangrado irregular -cambios de humor -riesgo de derrame cerebral o ataques cardiacos -puede incrementar las infecciones o la irritación vaginal
----------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------	--------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>Dispositivo Intrauterino de Progesterona/ "Mirena"</p>	<p>Dispositivo pequeño de plástico que se inserta adentro del útero y libera hormonas que impiden que los ovarios liberen óvulos, que espesan las membranas mucosas del cuello uterino, y que debilitan las paredes del útero</p>	<p>\$300 a \$400 cada cinco años, mas el costo de un examen medico para insertar el dispositivo y para las visitas de seguimiento</p>	<p>99 %</p>	<p>-muy efectivo -largo plazo -puede disminuir los calambres y el flujo de la menstruación -fácil de usar -no se tiene que planear antes de tener sexo</p>	<p>-un profesional medico tiene que insertar y remover -el costo inicial</p>	<p>-periodo irregular o descontinuado -otros efectos secundarios de las hormonas</p>
-----------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------

<p>Inyección Depo-Provera</p>	<p>Inyección de hormonas artificiales que impiden que los ovarios liberen óvulos, que espesan las membranas mucosas del cuello uterino, y que debilitan las paredes del útero</p>	<p>\$35 a \$75 por una inyección cada 3 meses, mas el costo de un examen medico</p>	<p>97-99%</p>	<p>-muy efectivo -fácil de usar -dura 3 meses -no se tiene que planear antes de tener sexo</p>	<p>-se tiene que inyectar por un profesional medico - no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH -no se puede interrumpir sus efectos después de la inyección -se tarda de 12-18 meses para que regrese su fertilidad después de los 3 meses de la inyección</p>	<p>-aumento de peso -cambios de humor -periodos irregulares o un sangrado pesado constante después de los 3 meses de las inyección</p>
-------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Píldora de Progestina/ 'Mini Pill'	Píldora con hormonas que impiden que los ovarios liberen óvulos, que espesan las membranas mucosas del cuello uterino	\$30 a \$60 por mes, mas el costo de un examen medico	95-99%	-ciclos de menstruación mas regulares -menos calambres -puede mejorar los síntomas y malestares del síndrome pre-menstrual -recomendada para mujeres que no pueden tomar la píldora anticonceptiva combinada	-se tiene que tomar la píldora diariamente al mismo tiempo todos los días -no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH	-periodo irregular o descontinuado
Anticoncepción de Emergencia/ "Píldora del Día Siguiente"	Una píldora con una dosis alta de Progestina que se puede tomar hasta 5 días después de tener sexo sin protección para prevenir el embarazo	\$40 a \$60	89%, dependiendo de cuando se tome	-un buen respaldo para otros tipos de anticonceptivos -fácil de usar	-tiempo limitado de efectividad -no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH	-nausea -dolor estomacal -fatiga -dolor de cabeza -cambios en la menstruación
Métodos Permanentes						
Ligadura de Trompas	Con cirugía se cortan las trompas para bloquear el paso de los óvulos al útero	Varios precios	99.5-100%	-muy efectivo -usualmente permanente	-molestias después de la cirugía -irreversible	-riesgos menores de la cirugía y del uso de anestesia

Vasectomía	Con cirugía se interrumpen el paso de esperma por el pene	Variados precios	99.9%-100%	-muy efectivo -usualmente permanente	-irreversible	-riesgos menores de la cirugía
Métodos de Líquidos						
Gel, supositorios y telas espermicidas	Químicos que matan la esperma, se aplican en la vagina y en el cuello uterino	\$10 a \$12 por un tubo	71-85%	-fácil de usar -se pueden aplicar poco antes del sexo	-no todos previenen la contracción o transmisión de los ITS o el VIH	-pueden irritar la piel de la vagina o del pene

Métodos “Naturales”						
Retirar el Pene	Sacar el pene de la vagina antes de eyacular	No tiene costo	73-93%	-no cuesta nada -se puede usar en el ultimo momento	-el liquido que sale del pene antes de eyacular puede contener esperma - no previene la contracción o transmisión de los ITS o el VIH -requiere la cooperación de la pareja	-puede disminuir el placer sexual
Abstinencia	No tener sexo	No tiene costo	100%	-es la única forma 100% segura para no contraer ni transmitir el VIH o los ITS, y prevenir el embarazo	- no sentir el placer asociado con tener sexo	Ninguno

<p>Anticoncepción Natural o Método del Ritmo</p>	<p>Requiere que siga y grabe eventos del ciclo menstrual y otras señas de fertilidad para predecir cuando va a ovular la mujer, y así decidir cuando es menos probable que se embarazarse.</p>	<p>Depende de las herramientas que use; \$10 por el costo de un termómetro para tomar la temperatura basal del cuerpo.</p>	<p>75 a 95%</p>	<p>-barato -le ayuda a las mujeres aprender cosas sobre su cuerpo</p>	<p>-requiere atención detallada al calendario -requiere tiempo diario para seguir todas señas de fertilidad</p>	<p>Ninguno</p>
--------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------	---------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------

Tus Opciones

Si te enfrentas con un embarazo no planeado, inesperado o no deseado, debes saber que no estas sola y tienes opciones. Tú, y solo tú, tienes que decidir lo que es mejor para ti y tu familia, y tomar el control de tu salud reproductiva. Esta sección incluye información acerca de tus opciones y cosas que considerar antes de hacer tu decisión. Si quieres hablar con alguien directamente de tus opciones, tus sentimientos, para tus preguntas o cualquier otra cosa llama la Línea de Salud de ACCESS al 1-888-442-2237.

Esta sección ofrece una breve descripción de tus opciones, incluyendo el aborto, la adopción, y el cuidado de los hijos. Tienes derecho a recibir toda la consejería y asesoramiento sobre tus opciones que necesites para poder hacer tu propia decisión. Ningún consejero/a debe de ponerte en contra de ciertas decisiones. Si estas embarazada, es importante que busques información y atención médica de inmediato.

EL ABORTO

El aborto termina un embarazo. Hay diferentes métodos de aborto. Tu proveedor médico te puede asesorar sobre cual método el más adecuado para tu situación individual. Si no puedes encontrar a un proveedor en tu área o necesitas ayuda para pagar por el cuidado medico que necesitas, por favor llama a ACCESS.

Métodos de Aborto

1) Aborto con medicamentos (hasta 9 semanas desde el primer día de tu último periodo)

Existen dos tipos de abortos con medicamentos: Mifepristona o RU 486 (la píldora del aborto) y Metotrexato (la inyección de aborto). Las mujeres que eligen un aborto con medicamentos lo prefieren porque dicen que se siente más natural, como un aborto espontáneo, o porque quieren tener el aborto en su casa o porque quieren estar con alguien que las apoye.

2) Aborto Quirúrgico (hasta las 24 semanas)

Aborto por Aspiración (4 a 12 semanas)

Este es el método más común para los abortos hechos en el primer trimestre de embarazo. Hay mujeres que prefieren este método porque es rápido, se hace bajo el cuidado de profesionales médicos, y es una opción que se ofrece por más semanas que el aborto con medicamentos.

Durante el proceso del aborto por aspiración, el doctor provee

anestesia y luego dilata el cuello uterino del paciente. La aspiración se hace con un tubo de plástico con una apertura y que se conecta a una aspiradora mecánica. La aspiradora produce una succión suave que saca el contenido del útero.

Dilatación y Evacuación (12 a 24 semanas)

Este es un procedimiento que requiere que la mujer este en la clínica por varias horas en un lapso de dos o mas días. El primer día el doctor inserta una fibra (llamada laminaria) en el cuello uterino, que se expande y así estira el tejido del cuello uterino para abrirlo. Posteriormente, la mujer regresa a la clínica para que remuevan la laminaria y terminen el procedimiento. El feto y contenido del embarazo se saca por el cuello uterino usando fórceps y succión.

Los abortos quirúrgicos son muy seguros pero, como con todo procedimiento medico, hay riesgos. Entre mas tiempo lleve el embarazo hay mas posibilidad de complicaciones, y también aumentan los riesgos con el tipo de anestesia que uses durante el procedimiento. El profesional medico que te haga el aborto te dirá que posibles riesgos pueden ocurrir durante el procedimiento. Es muy importante tener un dialogo honesto con tu doctor sobre tu salud y los medicamentos que tomas. También es importante que conozcas todos los riesgos y estés preparado para contactar a tu doctor si tienes alguna complicación después de tu aborto.

Como con cualquier procedimiento medico, es importante que consultes con tu medico sobre todas las preguntas que tengas y que te asegures que entiendas toda la información que se te de.

Referencia: *Our Bodies Ourselves*, The Boston Women's Health Book Collective (2005 y 1998)

EL EMBARAZO

Cuidado Prenatal

El cuidado prenatal es la asistencia que se provee por un médico durante el embarazo para detectar y prevenir cualquier problema, como los abortos espontáneos involuntarios, defectos de nacimiento o la muerte materna. Es recomendado que las mujeres hagan una cita lo más pronto posible después de que sepan que están embarazadas. Después de la cita inicial, usualmente se recomienda a las mujeres con embarazos de bajo riesgo que vean a su proveedor de cuidado prenatal una vez al mes por las primeras 28 semanas, cada dos o tres semanas de la semana 28 a la semana 36, y semanal de la semana 36 hasta el parto. Las mujeres con embarazos de alto riesgo se les recomiendan ver a sus médicos con mayor frecuencia.

ADOPCIÓN

La adopción pone permanentemente y legalmente un niño de una madre biológica con personas que lo van a criar. Si tú estás considerando la adopción, hay agencias que pueden ofrecerte información y consejería sobre tus opciones y pueden ayudarte a crear un plan de adopción.

Consentimiento del otro padre

El padre biológico del bebe tiene que dar su consentimiento a la adopción si el niño nació cuando los padres estaban casados, o dentro de 300 días del divorcio, si los padres del niño intentaron casarse aunque no sea sido válido el matrimonio por alguna razón técnica, o si el padre en algún momento aceptó el niño en su casa. Si ninguno de estos casos se aplica, entonces el padre no tiene que consentir; sin embargo, si un hombre firmó el acta de nacimiento o un formulario en el hospital con la madre diciendo que él es el padre, debe de ser notificado de la adopción.

Para obtener más información sobre la adopción y las leyes de adopción vea estas páginas:

<http://laws.adoption.com/statutes/california-adoption-laws.html>

<http://www.weblocator.com/attorney/ca/law/c08.html>

CUIDADO DE LOS HIJOS

Si decides continuar con el embarazo es importante que obtengas atención médica inmediatamente.

Por favor, consulta la sección sobre como pagar por el cuidado medico para aprender de los programas de salud de los niños.

Recursos para las familias:

Mujeres, Infantes y Niños (WIC) es un programa de nutrición que ayuda a las mujeres embarazadas, nuevas madres y niños pequeños a comer bien y mantenerse saludables.

www.wicworks.ca.gov/

1-800-852-5770 o 1-888-942-9675

El Programa de Salud Materna Infantil y de Adolescente (MCAH) es un programa que promueve una vida saludable para las madres y sus familias por medio de programas de salud reproductiva, planificación familiar, embarazo, defectos de nacimiento, y la investigación con células madre humanas. Los programas son para los bebés, niños y adolescentes.

<http://ww2.cdph.ca.gov/programs/mcah/Pages/default.aspx>

1-866-241-0395

Como Pagar por el Cuidado Medico

¿Has tenido problemas para conseguir la atención médica que necesitas debido a que no tienes seguro o tu seguro no cubre lo que necesitas? ¿Quieres saber cómo pagar por un examen de Papanicolaou o por el cuidado prenatal? ¿Tu seguro no cubre el aborto?

¡Tú tienes opciones! Hay muchos programas que te ayudarán a pagar por el cuidado medico que necesitas. Consulta las siguientes tablas para obtener información básica y para averiguar si con tus ingresos calificas para los programas.

Para la mayoría de los programas (especialmente los programas de Medi-Cal) tienes que ir en persona a aplicar a la oficina local de servicios sociales. Asegúrate de llevar toda la documentación que requiere la aplicación de tu programa.

Para los programas Family PACT y Elegibilidad Presuntiva de Medi-Cal puedes aplicar directamente en una clínica, hospital u oficina médica que participen en los programas. Para encontrar una lista de proveedores cerca de ti que ofrecen servicios de Family PACT, haga clic [aquí](#) o para referencias a los proveedores donde puedes inscribirte en el programa de Elegibilidad Presunta, llama a la línea de ACCESS.

Si tienes otras preguntas o problemas con el procesamiento de tu aplicación, llame a nuestra Línea de Salud al 1-888-442-2237.

Programas que te pueden ayudar pagar por el cuidado medico

Programa	Edad del Beneficiario	Guía de Ingreso⁴	Residencia/ Estado Migratorio	Papeleo	Costo	Los servicios que cubre
Medi-Cal (Cobertura Completa)	Del nacimiento a los 21 años o más de 65 años. Los que tengan entre 21 y 65 tienen que tener con ciertos criterios para calificar. ⁵	100% del Nivel Federal de Pobreza	Ciudadano de EE.UU. o residente legal permanente	Aplicación de Medi-Cal, pruebas de tus ingresos, prueba de ciudadanía, otros documentos suplementales que se requieran	Costo mínimo para ciertos beneficiarios	-Cobertura completa de cuidado medico, incluyendo todo el cuidado preventivo -Educación sobre la salud -Servicios de salud mental -Servicios para tratar el abuso de drogas o alcohol -Medicinas de receta

⁴ La Tasa Federal de Pobreza: <http://aspc.hhs.gov/poverty/>

⁵ Si eres un adulto soltero y sin hijos, entre los 21 a 65 años, por favor visita la siguiente pagina para ver si calificas para los beneficios de Medi-Cal: <http://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/Pages/Medi-CalEligibility.aspx>

<p>Elegibilidad Presunta de Medi-Cal (para mujeres embarazadas)</p>	<p>Todas las edades</p>	<p>200% del Nivel Federal de la Pobreza</p>	<p>Tiene que vivir en California permanentemente, pero no tiene que ser ciudadano de EE.UU. o residente legal permanente</p>	<p>Se aplica directamente en clínicas, oficinas medicas, o hospitales que participan en el programa</p>	<p>Ninguno</p>	<p>-ciertos servicios de cuidado prenatal -servicios limitados de planificación familiar -medicinas para condiciones relacionadas con el embarazo -servicios de aborto *Este programa solamente cubre servicios por un mes mientras el beneficiario aplica para el Medi-Cal. Si califica para algún programa de Medi-Cal puede seguir recibiendo cuidado medico por todo el embarazo.</p>
<p>Medi-Cal Restringido para el Embarazo</p>	<p>Todas las edades</p>	<p>200% del Nivel Federal de la Pobreza</p>	<p>Tiene que vivir en California permanentemente, pero no tiene que ser ciudadano de EE.UU. o residente legal permanente</p>	<p>Aplicación de Medi-Cal, pruebas de tus ingresos y activos, y un comprobante de domicilio en California</p>	<p>Ninguno</p>	<p>-servicios de cuidado preventivo -cuidado especializado -visitas para el cuidado prenatal -cuidado de optometría y dental -servicios de salud mental -hospitalización -medicinas de receta -servicios de aborto -cuidado para el alumbramiento y el parto -servicios médicos completos hasta 60 días después del parto</p>

Acceso para Bebés y Madres (Access for Infants and Mothers) (AIM)	Mayores de 18 años	200 a 300% del Nivel Federal de Pobreza	Residente de California, pero no tiene que ser ciudadano de EE.UU. o residente legal permanente	Aplicación de AIM, pruebas de ingresos	1.5% de los ingresos de la familia	<ul style="list-style-type: none"> -cobertura completa para todos los servicios médicos necesitados durante un embarazo -servicios médicos completos hasta 60 días después del parto -servicios médicos completos para el bebé por dos años después de nacer
Family PACT	Hombres hasta los 60 años y mujeres hasta los 55 años	200% del Nivel Federal de Pobreza	Residente de California, pero no tiene que ser ciudadano de EE.UU. o residente legal permanente	Forma de elegibilidad del paciente (la forma se llena con información solamente de la persona que aplica)	Ninguno	<ul style="list-style-type: none"> -Anticonceptivos -Pruebas diagnósticas y tratamiento de los ITS y el VIH -Pruebas diagnósticas y tratamiento de las infecciones de la vejiga y anomalías del cuello uterino -pruebas de embarazo -esterilización para mujeres y hombres -servicios limitados de fertilidad -pruebas de cáncer -consejería y educación sobre la salud sexual y reproductiva

Medi-Cal para Menores	Menores de 21 años que vivan con o dependan financieramente de sus padres o tutores	200% del Nivel Federal de Pobreza	Tiene que vivir en el condado en el cual recibe servicios, inmigrantes indocumentados no califican	Aplicación del programa, comprobantes de ingresos	Ninguno	<p>Para jóvenes menores de 12 años el programa cubre:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Todo cuidado medico para un embarazo y cuidado durante el embarazo, incluyendo el aborto y servicios de planificación familiar (menos la esterilización) -servicios para el asalto sexual <p>Para jóvenes mayores de 12 años, cubre los servicios mencionados mas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -servicios confidenciales para el tratamiento de ITS y VIH/SIDA -tratamiento para el abuso de drogas y alcohol -consejería y tratamiento ambulatorio para la salud mental
-----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------	---------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Medi-Cal de Emergencia (también llamado Medi-Cal Restringido)	Todas edades	200% del Nivel Federal de Pobreza	Residente de California, pero no tiene que ser ciudadano de EE.UU. o residente legal permanente	Aplicación del programa, mas documentos suplementales	Ninguno	-Cuidado de emergencia: como un brazo roto o un alumbramiento o parto -Cuidado relacionado con el embarazo, incluyendo el aborto, hasta 60 días después de que termine el embarazo -Cuidado de largo plazo como el cuidado para personas de la tercera edad -diálisis -tratamiento para el cáncer del cuello uterino o de la mama *la cobertura del tratamiento solamente se ofrece por 18 meses para el cáncer de la mama, y 24 meses para el cáncer del cuello uterino.
Familias Saludables (Healthy Families)	Menos de 19 años	250% del Nivel Federal de Pobreza	Ciudadano de EE.UU. o residente legal permanente	Aplicación del programa	\$4-\$17 por niño cada mes; hasta un límite de \$51	Cobertura completa de todos los servicios médicos, incluyendo: -cuidado preventivo -cuidado dental -cuidado para la visión -educación sobre la salud -servicios de salud mental -servicios para el abuso de alcohol o drogas -medicinas con receta

Como Determinar si Calificas para los Programas

El **Nivel Federal de Pobreza (FPL)** es una calculación que establece un umbral por cual se define la pobreza en el país. Esto fue desarrollado por la Oficina del Censo de EE.UU. y se publica cada año por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. Puedes encontrar la tasa del FPL más reciente en la página: <http://aspe.hhs.gov/poverty/10poverty.shtml>. Las directrices que crea se utilizan para decidir si una persona es ELEGIBLE para ciertos programas federales y estatales, incluyendo muchos programas de Medi-Cal. Se basa en el tamaño de la familia y cuánto dinero ingresa la familia cada año.

Para averiguar en que nivel de pobreza estas basado en el FPL, cuenta el número de personas en tu familia o que viven en tu casa (incluyéndote a ti), y compara ese numero con el ingreso total mensual o anual de tu familia o hogar. Por ejemplo, si tú eres una madre soltera, tienes dos hijos y estas embarazada, el tamaño de tu familia será 4. Actualmente, si tu ganas \$3500 al mes, o 44,100 dólares al año, antes de impuestos, tu familia caería entre el 185 a 200% del FPL. Ten en cuenta que para el Medi-Cal Restringido para el Embarazo hay que estar debajo de 200% del FPL. (Hay excepciones sobre cómo el tamaño de la familia y los ingresos se calculan, así que si tienes preguntas o si enfrentas una situación complicada, llámanos.)

**¡Si necesitas más información,
llama a la Línea de Salud de ACCESS al 1-888-442-2237!**