

EPS  Sanitas



Te damos la bienvenida a la  
**Ruta Materno Perinatal**

Tu bienestar y el de tu bebé comienza aquí.





# ¡Hola!

En EPS Sanitas te acompañamos en este maravilloso camino de **ser mamá**.



Queremos que conozcas nuestra **Ruta de Atención Materno Perinatal**, un conjunto de servicios pensados para estar junto a ti en cada etapa, con el cuidado y el respaldo que necesitas.

**A continuación conocerás cada uno de los momentos en los que estaremos contigo.**





**Haz clic en  
cada tema  
para ver más**

## Menú

### **Antes del embarazo:**

-  Consulta de planificación familiar
-  Consulta preconcepcional

### **Durante el embarazo:**

-  Controles prenatales mensuales
-  Exámenes de control prenatal
-  Vacunación
-  Información sobre signos de alarma

### **Después del parto:**

-  Consulta del recién nacido
-  Consulta postparto



# Antes

## **Consulta de planificación familiar:**

Te damos asesoría personalizada y acceso al **método de planificación** que mejor se adapte a tu cuerpo y a lo que necesitas.

Ten presente que no es una única consulta, es importante que **asistas a tus controles** para saber cómo te sientes con el método elegido y hacer ajustes si es necesario.

Ten en cuenta que **no es solo para mujeres**, los hombres también pueden acceder a este servicio, incluyendo **preservativos** y métodos definitivos como la **vasectomía**.

**Solicita esta consulta en tu IPS de atención primaria asignada.**

**¡Tú decides cómo y cuándo! En EPS Sanitas te ayudamos a planificar tu futuro.**

Volver al  
menú

Siguiente



# Antes

## Consulta preconcepcional:

Te ofrecemos a ti y a tu pareja una valoración médica orientada para que el **embarazo sea seguro y sin complicaciones**.

Tendrán al menos dos encuentros con el profesional de la salud, quien les pedirá algunos exámenes para **revisar su estado general** y, si es necesario, **tratar condiciones** que puedan afectar el embarazo. Lo anterior, con el propósito de reducir riesgos y preparar el cuerpo para esta nueva etapa.

**Solicita esta consulta en tu IPS de atención primaria asignada.**

**En EPS Sanitas te acompañamos desde el primer paso para que vivas un embarazo saludable.**

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Durante

## Control prenatal:

Si tu prueba de embarazo salió **positiva**, acércate lo antes posible a tu IPS de atención primaria y solicita tu primer control prenatal.

Esta consulta **es el punto de partida** para cuidar tu salud y la de tu bebé. Aquí se inicia todo el **seguimiento médico** necesario para acompañarte durante esta hermosa etapa.

**¡Entre más temprano empieces es mejor para los dos!**

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Durante

## Programa de control prenatal mensual:

Durante el embarazo es fundamental asistir a **ocho controles prenatales**, donde un equipo de profesionales de la salud estará atento a tu bienestar y al desarrollo de tu bebé.

En cada consulta te realizarán los exámenes necesarios, te remitirán a **otros especialistas** si es necesario y te darán recomendaciones para cuidarte en esta etapa tan especial.

Además, tú y tu pareja podrán participar en el **curso de preparación para la maternidad y la paternidad**, donde aprenderán todo lo que necesitan saber para este nuevo camino.

- **Si estás embarazada** y aún no has empezado tus controles, puedes **solicitar el primero en tu IPS de atención primaria asignada**.
- **Si ya tuviste la primera consulta**, pide tus controles mensuales en la misma IPS.

**Los controles prenatales son tu mejor guía para vivir un embarazo saludable.**

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Durante

## Exámenes del control prenatal:

Son una parte clave durante el embarazo, ya que ayudan a asegurar que tanto tú como el bebé estén bien.

Estos permiten **detectar a tiempo** cualquier situación que pueda requerir atención especial.

Algunos exámenes que pueden solicitarte son:

- Hemoclasificación, **cuadro hemático** y pruebas de glucosa.
- **Exámenes de orina** como uroanálisis y urocultivo.
- **Cultivos** rectales y vaginales según tu etapa del embarazo.
- **Pruebas** para detectar VIH, sífilis, hepatitis B, toxoplasmosis y rubéola.
- Detección de **enfermedades tropicales** de acuerdo a tu zona de residencia (como chagas o malaria).
- **Ecografías:** una en el primer trimestre y otras adicionales, dependiendo de tu estado y semanas de gestación.

**Realízalos para cuidarte a ti y a tu bebé desde el primer momento.**

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Durante

## Vacunación:

Las vacunas en el embarazo te protegen a ti y a tu bebé de infecciones que pueden causar complicaciones graves.

Estas son las vacunas que debes aplicarte y así actualizar el esquema:

Vacuna	Protege de infección por	Momento de aplicación
Pfizer	Covid-19	A partir de la <b>semana 12</b> de gestación. Si previo al embarazo no has completado el esquema puedes iniciarlo.  Cuando el inicial esté completo, accede a la dosis adicional.
Toxoide tetánico diftérico del adulto (Td)	Difteria y tétanos	Si no la recibiste en la infancia o antes del embarazo, aplícala a partir de la <b>semana 14</b> de gestación. Si ya la tienes, no necesitas repetirla.
Influenza estacional	Influenza	Desde la <b>semana 14</b> de gestación.
Tétanos, difteria y tos ferina acelular (Tdap)	Difteria, tétanos y tos ferina en el bebé	Iniciando la <b>semana 26</b> de gestación.

Conversa con tu profesional de la salud en el control prenatal si tienes dudas sobre alguna. **Para acceder a ellas asiste a tu punto de vacunación más cercano.**

Anterior

Volver al menú

Siguiente



# Durante

## Signos de alarma:

**¡Mantente alerta durante el embarazo!**

Cuando notes alguno de los siguientes síntomas, no lo dejes pasar. Acude de inmediato a urgencias o a tu centro médico de atención primaria.

### **Primer trimestre (semana 1 a la 12):**

- Dolor abdominal bajo o cólicos fuertes, con o sin sangrado vaginal.
- Ardor, dolor o mal olor al orinar.
- Fiebre de 38°C o más (tomada con termómetro).
- Vómitos frecuentes o si no puedes retener alimentos.

### **Segundo trimestre (semana 13 a la 27):**

- Dolor de cabeza fuerte que no mejora con acetaminofén.
- Pitidos o zumbidos en los oídos.
- Ver luces, puntos o destellos.
- Hinchazón en cara, manos o pies al despertarte.

### **Tercer trimestre (semana 28 en adelante):**

- Salida de líquido claro por la vagina.
- Sangrado vaginal.
- Contracciones uterinas frecuentes.
- Disminución o ausencia de los movimientos del bebé.

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Después

## Consulta del recién nacido:

Lleva a tu bebé a esta consulta **entre el tercer y quinto día** después de salir del hospital. Lo ideal es que sea en el mismo lugar donde nació; si no es posible, puedes asistir a tu IPS de atención primaria.

Durante esta cita un profesional de la salud hará una **valoración completa** del estado de tu bebé para asegurarse de que todo esté bien y detectar cualquier señal de alerta a tiempo. También te darán orientación sobre sus cuidados para que sigas protegiendo su salud desde el primer momento.

**Los primeros cuidados marcan su futuro.  
¡Asiste a la consulta del recién nacido en EPS Sanitas y  
promueve la salud de tu bebé!**

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Después

## Consulta de control postparto:

Agenda esta consulta **entre el tercer y quinto día** después de salir del hospital. Lo ideal es que sea en el mismo hospital donde fuiste atendida, pero si no es posible, puedes hacerlo en tu IPS de atención primaria.

En esta cita, el profesional de salud revisará cómo estás **física y emocionalmente** para detectar a tiempo cualquier complicación y ayudarte a una buena recuperación.

Además, si no estás planeando un nuevo embarazo pronto, podrás recibir orientación sobre el **método anticonceptivo más adecuado** para ti durante la **lactancia**.

**Tu bienestar también es prioridad.  
Cuídate para seguir cuidando a tu bebé**

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Después

## Consulta de lactancia materna:

En esta recibirás asesoría y acompañamiento para que el proceso de **amamantar** sea una experiencia positiva, segura y natural. Te daremos la información que necesitas para **alimentar a tu bebé** de la mejor manera, fortalecer su salud y crear un vínculo emocional profundo con él.

Solicítala entre los **primeros 8 y 30 días** después del nacimiento.

**Trabajemos juntos por un lazo fuerte entre tú y tu bebé.  
Te acompañamos con orientación experta en lactancia materna.**

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Después

## Consulta de valoración integral:

Se realiza una revisión completa del **estado de salud** de tu hijo o hija de acuerdo con su edad. Además de **medir el peso y la talla**, se evalúan aspectos importantes como su desarrollo físico, emocional y social.

Es una oportunidad para asegurarte de que tu pequeño está creciendo sano, desarrollándose adecuadamente y recibiendo la atención necesaria en cada etapa.

Anterior

Volver al  
menú

Siguiente



# Después

Cuidar su desarrollo hoy es asegurarle un mejor mañana, por eso, te invitamos a estar pendiente y agendar puntualmente los controles médicos a través de esta consulta de acuerdo a su edad:

Edad	1 mes	2 a 3 meses	4 a 5 meses	6 a 8 meses	9 a 11 meses	12 a 17 meses
Profesional	Medicina general, pediatría o medicina familiar	Enfermería profesional	Medicina general, pediatría o medicina familiar	Enfermería profesional	Enfermería profesional	Medicina general, pediatría o medicina familiar

← Anterior

Volver al menú



EPS  Sanitas

Te acompañamos en cada paso de tu etapa de embarazo para asegurar juntos un futuro saludable para tu bebé.