

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL CONDADO FORSYTH

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS	
PRUEBAS DE EMBARAZO Llame para hacer una cita	
Derecho de Nacer (Birthright of W-S) GRATIS	336-774-0456
Clinica de Planificación Familiar – Departamento de Salud Publica **	336-703-3100
Crianza Planeada (Planned Parenthood) Winston-Salem Health Center**	336-768-2980
Salem Cuidado del Embarazo GRATIS	336-760-3680
Mujer de Hoy (Today's Woman OB/GYN), solo lunes	336-722-1818
**LUGARES QUE OFRECEN TARIFA REDUCIDA.	
CONTROL Y PLANIFICACIÓN FAMILIAR	
Clinica de Planificación Familiar Departamento de Salud Publica **	336-703-3100
Linea de Contracepción de Emergencia NC	866-942-7762
Crianza Planeada, Centro de Salud (Planned Parenthood) Winston-Salem Health Center	336-768-2980
Control también disponible en los servicios de Cuidado Prenatal	
PROVEEDORES DE CUIDADO PRENATAL	
Ardmore Practica familiar Completa Y cuidado de Maternidad	336-659-0076
Centro para la Salud de la Mujer (Womans Health)	336-992-5120
Downtown Health Plaza (Tarifa reducida)	336-713-9800
Asociados Hawthorne Obstetricia y Gin.	336-768-3632
High Point Obstetricia y Ginecología	336-802-2120
Asociados de Ginecología Lyndhurst, PA	
<ul style="list-style-type: none"> • Oficina de Winston-Salem • Oficina de Kernersville • Oficina de Mt. Airy 	336-765-9350 336-993-4532 336-789-9076
Pinewest, Obstetricia y Ginecología, Inc.	336-885-0149
Centro de Salud: Southside United Health & Wellness Center	336-293-8728
Mujer de Hoy (Today's Woman) Ob y Gin.	336-722-1818
Centro para la Mujer (Triad Women's Center) (High Point)	336-841-6574
Triad Obstetricia y Ginecología (Dr. Lewis Lipscomb)	
Dr. Thomas Valaoras y Dr. Andrew Lewis	336-659-4777
Practica de Salud Familiar (Wake Forest Baptist Health)	336-716-4479
Universidad Wake Forest - Obstetricia y Gin, Centro de Cuidado Fetal Completo	336-716-4039
Dr. Jonathan Weston	336-725-8874
Cuidado de la Mujer (WS Womancare, PA(Se acepta Medicaid de pacientes establecidos	336-765-5470
Centro de la Mujer (Women's Center of Lexington)	336-243-2431
Todos los proveedores de Salud aceptan Medicaid	

CLASES DE EDUCACIÓN DEL PARTO	
Curso Preparto Lamaze Departamento de Salud Publica	336-703-3206
Conección de Salud Forsyth. Parto y Comienzos, Clases de Respiración Cardiopulmonar para Infantes (CPR), tours de maternidad, clases para hermanos, etc.	336-718-7000
Mujer de Hoy y Centro del Bienestar	336-722-1818
Para proveedores privados, revise la guía telefónica o su proveedor de cuidado prenatal	

APOYO DE DOULAS (Compañeras de Parto y Postparto)	
CAPPA – Asociación Profesional del Parto y Postparto www.cappa.net	888-692-2772
DONA – Doulas de America del Norte www.dona.org	888-788-3662
PADA – Asociación de Doulas del Área de Piedmont www.padanc.org	336-397-1008 866-469-0313

CLASES PRENATALES Y DE PATERNIDAD	
Conecciones Esperanza de Forsyth Clases de Amamantar, masaje para Infantes, Yoga Prenatal, Yoga postparto	336-718-7000
Clases ESPERANZA – Cuidados del Embarazo Salem	336-760-3680
Huellas (Imprints)	336-713-9732
Clases Prenatales de Crianza – Educación de Salud Familiar, de la Comunidad y de su participación del Departamento de Salud Publica.	336-703-3206
Analisis de Padres (The Parent Review) una articulo semanal en Internet para familias que esperan bebe o con edad de 3 años. www.forsythmedicalcenter.org	Presione en "services" and "women's services"
Mujer de Hoy y Centro del Bienestar (Today's Woman Health and Wellness Center)	336-722-1818
Bienvenido Bebe (Welcome Baby)	336-725-2229

INFERTILIDAD	
Reversion de la ligación de trompas, Centro Chapel Hill	919-968-4656
Universidad de Wake Forest, Escuela de Medicina	336-716-6476

OPCIONES SOBRE LA ADOPCION	
El Derecho de Nacer Winston-Salem (Birthright of WS)	336-774-0456
Servicios Sociales Catolicos (Catholic Social Services)	336-727-0705
Sociedad Casa de Niño (Children's Home Society) -linea de consejería las 24 horas	800-632-1400
Servicios de Familia (Family Services)	336-722-8173
Departamento de Servicios Sociales (Forsyth County Department of Social Services)	336-703-3656
Centro de Cuidados del Embarazo Salem	336-760-3680

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL CONDADO FORSYTH

OPCIONES SOBRE EL ABORTO

Crianza Planeada (Planned Parenthood)	336-768-2980
Elección de Mujer de NC (A Woman's Choice of NC)	336-632-9999

APOYO PARA ADOLESCENTES EMBARAZADAS

Empiezos Saludables Departamento de Salud Publica Condado Forsyth FCDPH - * (Healthy Beginnings)	336-703-3183
Colaboración de enfermera y Familia Departamento de Salud Publica Condado Forsyth (Nurse Family Partnership)	336-703-3185
Departamento de Salud Publica Condado Forsyth; Manejo de Cuidados de Embarazo (Pregnancy Care Management)	336-703-3200
Mano a Mano Servicios Sociales Catolicos (Hand to Hand) - Catholic Social Services	336-725-4263
Huellas (Imprints)	336-713-9732
Trabajadora Social de Escuelas para Adolescentes y sus Bebes Escuelas de Winston-Salem/Forsyth	336-414-0875 336-345-8693 (línea bilingue)

SERVICIOS DE VIVIENDA PARA MUJERES EMBARAZADAS

Servicios Familiares (Family Services)	336-722-8173
Servicios Florence Crittenton	800-448-0024
Cuarto de Pensión (Room at the Inn)	336-996-3788
Fondos de Acomodación de Maternidad, Departamento de Servicios Sociales - Estatal	336-703-3385

RECURSOS PARA DEJAR DE FUMAR

Clases para mujeres embarazadas, Departamento de Salud Publica Condado Forsyth	336-703-3194
--	--------------

El programa: **Manejo de Cuidados del Embarazo** (Pregnancy Care Management) del Departamento de Salud. Condado Forsyth provee servicios para las mujeres embarazadas de alto riesgo por su embarazo y dos meses de postparto por una trabajadora social o una enfermera.

¿Que hará por usted una Coordinadora de Cuidados del embarazo?

- Ayudarle a identificar sus necesidades y hacer un plan.
- Trabajar con usted y su doctor para atender sus necesidades.
- Arreglar transportación a citas médicas, si es necesario.
- Ayudarle a controlar medicinas que tal vez tiene.
- Colaborar con usted para asegurar que tenga un bebe saludable.

Para más información, por favor llame al
336-703-3200.

Envíe la palabra
BEBE al **511411**

¡Inscribese para recibir textos y reciba información semanal en su celular para ayudarle durante su embarazo y el primer año de vida de su bebe! Text4Baby es un programa educacional de la Coalición Nacional de Madres y bebe Saludables (National Healthy Mothers, Healthy Babies Coalition).

LOS MENSAJES DE TEXTO SON GRATIS!

www.text4baby.org

¡PREVENGA EL PARTO PREMATURO!

El parto prematuro puede ocurrir cuando usted comienza el parto entre las semanas 20 y 37 del embarazo, esto es muy temprano para que su bebé nazca.

CONOZCA LAS SEÑALES DEL PARTO PREMATURO

Contracciones que hacen que su barriga se endurezca mucho cada 10 minutos o con más frecuencia
Cambio en el color de su flujo, o tener sangrado vaginal. La sensación de que su bebé está empujando hacia abajo. A esto se le llama presión pélvica.
Dolor débil en la parte baja de la espalda
Cólicos como si tuviera la regla o el periodo
Dolor de barriga con o sin diarrea

SEPA QUE HACER

Llame a su proveedor de salud (enfermera, medico, partera) o vaya al hospital inmediatamente si piensa que está teniendo un parto premature o tiene alguna de las señales.

SU PROVEEDOR DE SALUD LE DIRÁ QUE:

Vaya al consultorio o al hospital
Deje de hacer lo que estaba haciendo y descanse sobre su lado izquierdo por una hora.
Beba de 2 a 3 vasos de agua o jugo (no tome café ni gaseosas).

Si los síntomas empeoran o continúan después de una hora, llame a su proveedor de salud otra vez o vaya al hospital. Si los síntomas mejoran, descanse por el resto del día.

Proveído por: La Fundación de March of Dimes

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL

RECURSOS PARA PADRES		CONSEJERÍA E INTERVENCIÓN DE CRISIS	
APOYO LEGAL		ACCESS – Línea de Crisis Center Point	888-581-9988
Centro de Leyes sobre Niños (Children's Law Center)	336-725-9166	Asociados en Consejería Cristiana	336-896-0065
Servicios de referencia de Abogados (Lawyer Referral Service)	800-662-7407	Albergue de Mujeres Maltratadas (Numero para crisis las 24 horas)	336-723-8125
Ayuda Legal de Carolina del Norte	336-725-9162	Red de Cuidados del Triad CareNet of the Triad	336-716-0822
LACTANCIA		Servicios Social Catolicos	336-714-3232
Ameda (para rentar equipo de amamantar)	1-855-443-5463	Servicios Humanos de Center Point vaya a la pagina web para una lista de proveedores www.cphs.org	888-581-9988
Centro Medico Forsyth Centro para Madres y Dar de Lactar Importa: Grupo de Apoyo Gratis (1 ^{er} & 3 ^{er} jueves, 11:30 AM – 12:30 PM)	336-718-5636	Intervención de Crisis del Abuso de Niños (Child Abuse Crisis Intervention)	800-422-4453
Huellas (Imprints)	336-713-9732	Servicios de Protección de Niños, Departamento de Servicios Sociales (Child Protective Services)	336-703-3500
La Leche League	877-452-5324	Intercambio o Diálogo (Exchange/SCAN)	336-748-9028
Medela, Inc. Referencias de (para rentar equipo de amamantar)	800-835-5968	Servicios Familiares (Family Services)	336-722-8173
Mujeres, Infantes y Niños (WIC) - Departamento de Salud Publica Condado Forsyth	336-703-3359	Centro Medico Forsyth (Forsyth Medical Center) Balance Después de un Bebe, Grupo de Apoyo Balance Después de un Bebe- Línea de ayuda	336-718-5888 877-395-6667
CUIDADO DE NIÑOS		Servicios Humanos (Insight Human Services)	336-725-8389
Cuidados de Niños Aware (www.childcareaware.org)	800-424-2246	Línea de Ayuda para Depresión de Posparto (nacional) www.postpartum.net	800-944-4773
Recursos y referencias de Cuidados para Niños Centro De Recursos de Trabajo Familiares (Work Family Resource Center) (Servicios en Inglés y Español) www.workfamilyresource.org	336-761-5100 800-937-7610	Ley Entrega Segura de Bebe, para mamás que quieren ceder al bebe sin penalidad, en lugar de abandonarlo Safe Surrender www.safesurrender.net	336-703-3400 o 911
Asistencia Financiera para Cuidados de Niños, Departamento de Servicios Sociales Centro De Recursos Familiares de Trabajo.	336-703-3805 336-761-5100	Centro Trinidad (Trinity Center)	336-725-3999
Pagina Crece a un Niño (Grow a Child website) – Conexión a recursos locales (www.growachild.org)		Bienvenido Bebe (Welcome Baby) Bebe, Línea de Abrigo (Baby Warmline) (Servicio las 24 horas)	336-725-2229
Servicios Familiares, Desarrollo de Niños	336-727-0617	Elección Comunitaria Community Choices, Inc.	336-397-7500
NC PK	336-714-7520	SALUD DENTAL PARA LA COMUNIDAD	
División de Desarrollo del Niño de NC (http://ncchildcare.dhhs.state.nc.us)	800-859-0829	Empezando Sonrisas (Smilestarters), edades 1-20) **	336-777-1272
Comienzo Inteligente (Smart Start of Forsyth County)	336-725-6011	Centro Dental Cleveland Avenue **	336-703-3090
Escuelas de Winston-Salem/Forsyth Programa Pre-Kinder	336-771-4731	Clinica de Higiene Dental FTCC (edades de 3 en adelante, servicios limitados. Tarifa reducida)	336-734-7550
VIOLENCIA DOMESTICA		Dr. Perry Jeffries (edades 1-18) **	336-748-0033
Albergue de Mujeres Maltratadas (Battered Women's Shelter) (numero de crisis las 24 horas), Servicios Familiares.	333-723-8125	Dr. Suzanne Newsome (edades 3 en adelante) **	336-945-2403
Línea de crisis de asalto sexual las 24 horas (sexual assault crises line)	336-722-4457	Dr. Yen Nyugen (edades 3 en adelante) **	336-245-2690
Línea Directa Nacional de Violencia Domestica	800-799-7233	Dr. Mark Oliver (edades de 6 en adelante) **	336-724-5054
Ministerio Proximo Paso (Refugio) Next Step Ministries	336-413-5858	Dr. Eric Sadler (Medicaid de Adulto, solo para parciales, dentadura & extracciones) **	336-744-1300
Seguro en Siete (Safe on Seven)	336-761-2320	Dr. Bruce Peller y Dra. Paula Henao	336-759-0651
Para Emergencias	911	Dr. Sidney Teague II (acepta Medicaid de adultos para servicios específicos)	336-765-6315
		Clinica Dental Misión de Rescate (Rescue Mission Dental Clinic) GRATIS 717 Oak Street 2 ^{do} , 4 ^{to} Jueves de cada mes, llegar antes de las 6:45 AM. Se atiende por orden de llegada,	336-723-1848
		**Se acepta Medicaid y Health Choice. Se aconseja a las mujeres embarazadas que reciban una revision rutinario dental durante el embarazo.	

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL CONDADO FORSYTH

SERVICIOS DE SALUD FAMILIAR	
Clinica Medica Bethany Baptist Church (2 ^{do} Sabado de cada mes, 9 AM -12 PM)	336-767-0760
Centro Medico Comunitario (Community Care Center)	336-723-6722
Downtown Health Plaza (tarifa reducida) Nuevos horarios: Lunes –viernes: 8AM – 8PM Sábado: 9AM – 1PM Domingo: 1 PM – 5 PM	336-713-9800
Clinica de Inmunización e información – Departamento de Salud Publica	336-703-3314 336-703-3100
Clinica de Salud, Iglesia Metodista Green Street (United Methodist Church);(Miércoles, 6:30-7:15PM)	336-722-8379
Med-Aid/Forsyth, Stokes, Davie Co.	336-714-2359
Medicina Familiar Old Town Family Medicine	336-922-1363
Clinica Misión de Rescate (Rescue Mission Medical Clinic 710 North Trade Street, Cada lunes y jueves, 7 a 9 AM (solo adultos)	336-723-1848
Salud Unida y Centro de Bienestar Southside Southside United Health & Wellness Center)	336-293-8728
Clinica Southside Baptist Church	336-723-0395
Mujer de Hoy Y Centro de Bienestar (Today's Woman Health and Wellness Center)	336-722-1818
Clinica de la Iglesia Trinidad Morava Sunnyside (Trinity Moravian Church-Sunnyside Clinic) (1 ^{er} /3 ^{er} jueves, 5:30-7:30PM)	336-703-3200
APOYO PATERNAL	
Junta Consejera Paternal (Fatherhood Advisory Board) - Departamento de Salud Publica	336-703-3391
Comienzo Saludable (Healthy Beginnings) - Departamento de Salud Publica	336-703-3391
Huellas (Imprints)	336-713-9732
ASISTENCIA ECONÓMICA	
Caridades Catolicas (Catholic Charities)	336-727-0705
Ejecución de Mantenimiento de Niños (Child Support Enforcement)	336-703-3801
Ministerio de Control de Crisis (Crisis Control Ministries)	336-724-7453
Intervención de Crisis (Crisis Intervention Program)	336-703-3785
Departamento de Bomberos Forsyth County Fire Department (detectores de humo)	336-727-8084
Salva Hogares USA (Home Savers USA)	800-452-9572
Misión de Rescate (Rescue Mission)	336-723-1848
Administración de Seguro Social (Social Security Administration)	1-877-402-0828
Iglesia Morava (Sunnyside Ministry of the Moravian Church)	336-724-7558
Familias del Triad (Triad First in Families)	336-757-8721
Maneras de trabajar (Ways to Work)	336-722-8173
Servicios Sociales Catolicos (Wee Care Shoppe) at Catholic Social Services	336-727-0705 ext. 222

APOYO FAMILIAR Y EDUCACIÓN	
Iglesia Alfa y Omega (Alpha and Omega Church)	336-748-8797
Academia Americana de Pediatría Nacional (American Academy of Pediatrics (national) www.aap.org)	800-433-9016
La Cruz Roja Americana (American Red Cross) (Clases de Respiración Cardiopulmonar,CPR)	336-724-0511
Asociación Americana Pulmonar de NC (American Lung Association of North Carolina)	800-586-4872
Caridades Catolicos (Catholic Charities)	336-727-0705
Programa de Prevención del Envenenamiento con Plomo (Childhood Lead Poisoning Prevention Program)	336-703-3174
Intercambio/SCAN—Servicios de ayuda para Padres (Parent Aide Services)	336-748-9028
Experimento en autosuficiencia (ESR)	336-722-9400
Servicios Familiares (Family Services)	336-722-8173
Centro Medico Forsyth – lenguaje de señas-para bebés, clases de CPR Infante/Niños, clases de masajes para infantes	336-718-7000
Forsyth Technical Community College	336-723-0371
Industrias Goodwill Industries of NWCN	336-724-3621
Empiezos Saludables (Healthy Beginnings)	336-703-3183
Mano a Mano (Hand to Hand) (para madres adolescentes primerizas Caridades Catolicas)	336-725-4263 ext. 220 o 223
Comienzo Saludable, Ama a tu Bebe y Más Healthy Start/Baby Love Plus—Departamento de Salud Publica	336-703-3189
Apoyo de Embarazo y Perdida de Infante (Heartstrings Pregnancy and Infant Loss Support)	336-335-9931
Programa Rregreso a Casa (Homecoming Program) - Salud del Hogar, Advance	336-896-3100
Huellas (Imprints)	336-713-9732 336-722-6296
Años Increibles, Clases de Crianza Incredible Years Parenting Class - Departamento de Salud	336-703-3194
Servicios Humanos (Insight Human Services)	336-725-8389
Colaboración de Enfermera y Familia FCDPH	336-703-3185
Twins Club	336-924-0214
ASISTENCIA ECONÓMICA PARA LA SALUD	
Acceso a Cuidado de Salud (Health Care ACCESS)	336-723-6565
Health Check/Health Choice - Departamento de Salud Publica (Seguro medico de bajo costo para niños)	336-703-3223
Medicaid - Departamento de Servicios Sociales, Forsyth	336-703-3803
Expección de Pago para Planificación Familiar (North Carolina Family Planning Waiver)	800-367-2229
Medicaid para Mujeres Embarazadas	336-703-3803
HOSPITALES	
Brenner Children's Hospital	336-716-9253
Centro Medico Forsyth (Forsyth Medical Center)	336-718-5000
Wake Forest University Baptist Medical Center	336-716-2011
SI TIENE UNA EMERGENCIA LLAME	911

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL CONDADO FORSYTH

SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD HISPANA		PEDIATRÍA Todos aceptan Medicaid	
Casa Guadalupe, Servicios de Caridad Catolicas	336-727-4745	Practica Familiar: (Arcadia Family Practice)	336-764-2324
Huellas (Imprints)	336-713-9732	Practica Familiar: (Ardmore Family Practice)	336-659-0076
Centro Internacional (International Center - FTCC)	336-631-1325	Medicina Familiar (Cedar Creek Family Medicine)	336-784-0505
Servicios Hispanos- Librería Publica (Forsyth County Public Library)	336-703-2907	Practica Familiar: (Clemmons Family Practice)	336-766-6473
Clases de Ingles (International Corps Community Center (ESL classes))	336-499-1196	Downtown Health Plaza (Tarifa reducida) Nuevo horario extendido : Lunes - Viernes: 5:15-7 PM Sábado: 9:15 am - Mediodía Domingo: 1 - 5 PM	336-713-9800 Llame para hacer una cita.
Línea de Recursos de Salud en NC Family Health Resource Line	800-976-1922	Medicos Asociados: Family Medical Associates of Lewisville	336-712-0700
Servicios Hispanos del Salvation Army	336-788-7502	Pediatría: Ford, Simpson, Lively and Rice Peds.	336-794-3380
SERVICIOS DE VIVIENDA		Practica Familiar: Forsyth Family Practice	336-768-9515
Experimento en Autosudiciencia Self Reliance (ESR)	336-722-9400	Pediatría: Forsyth Pediatrics - Robinhood Rd	336-718-8000
Mujeres Maltratadas de Servicios Familiares Family Services Women's Shelter	336-723-8125	Pediatría: Forsyth Pediatrics - Westgate	336-718-7777
Viviendas de Forsyth (Forsyth Housing)	336-703-2680	Practica Familiar: Kernersville Family Practice	336-993-8181
Hábitat para la Humanidad Habitat Humanit Inc.	336-765-8854	Pediatría Kernersville Pediatrics	336-996-3001
Viviendas de Forsyth (Housing Authority of Winston-Salem)	336-727-8500	Cuidado Primario: Kernersville Primary Care	336-993-1618
Refugio del (Salvation Army Shelter)	336-722-9597	Practica Familiar: Maplewood Family Practice	336-718-0800
INFORMACIÓN GENERAL DE REFERENCIAS Y RECURSOS		Asociados Medicos: North Point Medical Associates	336-759-7596
Certificados de Nacimiento - Registro de Actas (Forsyth County Register of Deeds)	336-703-2700	Medicina Familiar: (Peace Haven Family Medicine)	336-760-5400
Línea de Departamento de Salud Servicios Humanos (Health & Human Services' Care-Line)	800-662-7030	Piedmont Triad Family Medicine	336-993-2224
Línea Directa de Forsyth	336-703-3000	Practica familiar: (Pine Ridge Family Practice)	336-983-3878
Familia de Forsyth (revista mensual) www.forsythfamilymagazine.com	888-892-3204	Practica familiar: (Salem Family Practice)	336-718-7800
Mujer de Forsyth (revista mensual) www.forsythwoman.com	336-749-1947	Practica Familiar de Stallings y Billings	336-969-9158
Fundación de Defectos del Nacimiento, March of Dimes Birth Defects Foundation	336-723-4386	Centro del Bienestar (Southside United Health & Wellness Center)	336-293-8728
Línea de Recursos Familiares de NC (Family Health Resource Line)	800-367-2229	Pediatría Mujer de Hoy (Today's Woman Pediatrics)	336-722-1818
Padre del Piedmont (revista mensual) www.piedmontparent.com	336-983-4789	Cuidado Total Familiar de Winston-Salem	336-760-8380
United Way 211 llamar al 211 o	800-788-7232	Medico Familiar, Wake Forest University	336-716-4479
NUTRICIÓN		Practica familiar West Walkertown (Family Practice)	336-595-3699
Programa Educacional de Nutrición de Alimentos Expanded Foods Nutrition Education Program (EFNEP) - Servicios de la Extensión cooperativa (Cooperative Extension Service)	336-703-2850	Practica familiar West Forsyth (Family Practice)	336-766-0547
Estampillas de Comida - Departamento de Servicios Sociales, Condado Forsyth	336-703-3800	Pediatría: Westgate Pediatrics	336-774-0710
Centro de Madres Lactantes - Centro Medico Forsyth (Forsyth Medical Center)	336-718-5636	Pediatría: Winston East Pediatrics	336-713-8860
Mujeres, Infantes y Niños (WIC) - Departamento de Salud Publica	336-703-3100	Cuidado de Salud Winston-Salem Health Care	336-718-1000
NUTRICIÓN		SEGURIDAD	
		Sheriff del Condado Forsyth	336-727-2112
		Departamento de Policía, Kernersville	336-996-3177
		Departamento de Policía, Winston-Salem	336-773-7700
		Para Emergencias	911

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL CONDADO FORSYTH

RECURSOS PARA DEJAR DE FUMAR

Departamento de Salud Publica – clases para mujeres embarazadas	336-703-3206
Nuevo Comienzo (Fresh Start) - Sociedad Americana del Cancer (American Cancer Society)	336-834-0844
Línea para dejar de Fumar de NC (North Carolina Quitline) - 1-800-QUIT-NOW Instrucción gratis personal hasta medianoche, cada noche)	800-784-8669

APOYO SOCIAL

Línea de crisis, Refugio para Mujeres Maltratadas, las 24 horas (Battered Women's Shelter Crisis Line), - Servicios Familiares	336-723-8125
Servicios Humanos CenterPoint - vea pagina internet para lista de proveedores www.cphs.org	888-581-9988
Servicios Familiares (Family Services)	336-722-8173
Asesoría de Cuidados del embarazo, (Pregnancy Care Management), Departamento de Salud Publica	336-703-3200
Apoyo de Embarazo y Perdida de Infante (Heartstrings Pregnancy and Infant Loss Support)	336-335-9931
Huellas (Imprints)	336-713-9732
Recursos y referencias de Embarazo Comienzo Saludable, Ama a tu Bebe y Más (Healthy Start/Baby Love Plus)Departamento de Salud	336-703-3189
Bienvenido Bebé (Welcome Baby)	336-725-2229

NECESIDADES ESPECIALES

Centro de Desarrollo ABC de Carolina del Norte (ABC of NC Child Development Center)	336-251-1180
Servicio de Cuidados del SIDA (AIDS Care Service, Inc.)	336-722-6909
Programa Terapéutico (Amos Cottage Therapeutic Day Program)	336-713-7400
Sociedad del Autismo de NC (Autism Society of North Carolina)	800-442-2762
Servicios Humanos Centerpoint (Centerpoint Human Services)	336-714-9100
Coordinación de Cuidados Medicos para Niños CC4C (Child Coordination for Children) (CC4C) en el Departamento de Salud Publica	336-703-3242
Centro para Niños Inhabilitados Fisicamente (Children's Center for the Physically Disabled)	336-727-2440
Agencia de Servicios del Desarrollo de Niños (Children's Development Service Agency)	336-713-7412
Cadena de Apoyo Familiar (Family Support Network)	336-924-5301
Cadena de Apoyo Familiar de Chapel Hill (Family Support Program of Chapel Hill)	800-852-0042
Pre primaria para Niños de Vision defectuosa Governor Morehead's (Preschool for the Visually Impaired)	336-334-3748
Servicios Educacional para sordos y Ciegos	336-273-6462
Academia Elemental (Elementary Academy)	336-748-4133
Apoyo del Sindrome de Down: (Piedmont Down Syndrome Support Network)	336-480-8871
Ronald McDonald House	336-723-0228
Escuela de Niños Especiales (Special Children's School)	336-924-9309
Línea de ayuda Especial(The Special Needs Help Line)	800-737-3028

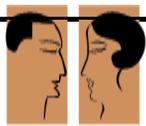
TRANSPORTACIÓN

Autoridad de Transito de Winston-Salem (Transit Authority)	336-727-2000
---	--------------

APOYO PARA EL ABUSO DE SUBSTANCIAS

Elección de Comunidad, Servicios de Salud de Mujeres y Niños (Community Choices, Inc. - Women's and Infants Services for Health (WISH))	336-397-7500 Option 7
Programa de Alcohol y Drogas Fetal (Fetal Alcohol and Drug Program at Wake Forest University Centro Medico Bautista (Baptist Medical Center))	336-716-2011
Servicios Humanos (Insight Human Services)	336-725-8389
Servicio, línea de Acceso Centerpoint (Service Access Line at CenterPoint)	888-581-9988

Salud Reproductiva...



La preocupación de una pareja

Cuando las parejas se preparan para un embarazo, es fácil concentrarse solamente en la salud de la mujer. No obstante, para estar más saludable y en buen estado físico el periodo de preconcepción (antes del embarazo), la preocupación debe ser de la pareja.

Aquí esta una lista de tareas para nuestros futuros Padres:

- Hágase un examen – que incluya presión sanguínea, diabetes, Enfermedades Transmitidas Sexualmente. Estrés del diario puede afectar la salud sexual.
- Muévase más, coma menos — el ejercicio y una alimentación nutricional son importantes.
- Deje de fumar, consumir alcohol y/o drogas
- Finalmente considere su salud emocional; Padres inexpertos pueden sufrir depresión de posparto.



Ama a Tu Bebé y Más del Condado Forsyth

Comprometido a promover la salud de mujeres, niños y sus familias para satisfacer diferentes segmento de educación en la comunidad y ofrecer apoyo en adquirir servicios locales. Nuestro enfoque es el centro de conversaciones de la comunidad para hablar de temas de salud y preocupaciones de las nuevas mamas, mujeres, niños y las familias. Nosotros ofrecemos un seguimiento del post parto hasta por dos años por familia (si es necesario).

Visítenos en **Facebook** para aprender más acerca de nuestro trabajo y únase a nosotros en discusiones en temas de salud, relacionados con mujeres, niños y familias.

Llame al **336-703-3189**

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL CONDADO FORSYTH

ACTIVIDADES PARA NIÑOS

Librería Barnes and Noble	336-774-0800
Central YMCA	336-721-2100 x2040
Museo de Niños: Children's Museum of Winston-Salem	336-723-9111
Teatro para Niños (Children's Theatre of Winston-Salem)	336-725-4531
El Club :Forsyth County 4-H Clubs	336-703-2850
Biblioteca Publica del Condado Forsyth (lecturas)	336-703-2665
Museo y Jardines: Old Salem Museums and Gardens	336-723-7876
Centro de Ciencias Sciworks	336-767-6730
Parque Tanglewood	336-778-6300
Mamitas del Triad (Triad Mommies) www.triadmommies.com	
Parques y Recreación de Winston-Salem - Coneccion de la Ciudad	336-727-2063

VACUNAS REQUERIDAS

Inmunización	Edad del Niño
DTaP (Difteria, Tetano, Tos ferina)	2, 4, 6 & 12-18 meses, 4-6 años
IPV (Polio)	2, 4 & 6-18 meses, 4-6 años
MMR (Sarampión, paperas, rubéola)	12-15 meses, 4-6 años
HiB (Haemophilus Influenza Tipo B)	2, 4 & 12-15 meses
Hepatitis B	1-2 meses, 6-18 meses
Varicela (Chickenpox)	12-18 meses, 4-6 años
Prevnar (Vacuna Conjugada Neumocócica)	2, 4, 6 & 12-15 meses
Rotavirus	2, 4 & 6 meses
Influenza (Flu)	Anual
Hepatitis A	12-23 meses (2 dosis)

Programa Comienzo Saludable (Healthy Beginnings Program)

Comienzo Saludable es un programa gratuito que maneja casos, enfocándose en las mujeres en edad para tener hijos y sus familias que viven en el condado Forsyth. Comienzo saludable provee un sistema de apoyo durante el embarazo y durante los primeros dos años de la vida del niño. Las Familias recibirán manejo de cuidados uno a uno para ayudar a que el embarazo y los primeros años del niño sean saludables, y disfrutar de una gran experiencia. El programa mantiene sesiones de educación mensual para ayudar a madres primerizas a conectarse con los recursos en la comunidad.



Horario para la Clínica de Vacunación para Niños del Departamento de Salud Pública del Condado Forsyth 336-703-3100

Departamento de Salud Pública del Condado Forsyth
Ubicación: 799 N. Highland Avenue,

Clínica 3

Costo

Las vacunas requeridas por el estado son gratuitas

Se atiende en orden de llegada

Horarios de la Clínica

Lunes, martes y miércoles

8:30 AM - 3:45 PM.

Jueves: 9:30 AM a 6:45 PM

Viernes: 8:30 - 11:45 AM.

Clínicas Comunitarias

Iglesia Trinity Moravian

220 E. Sprague St.

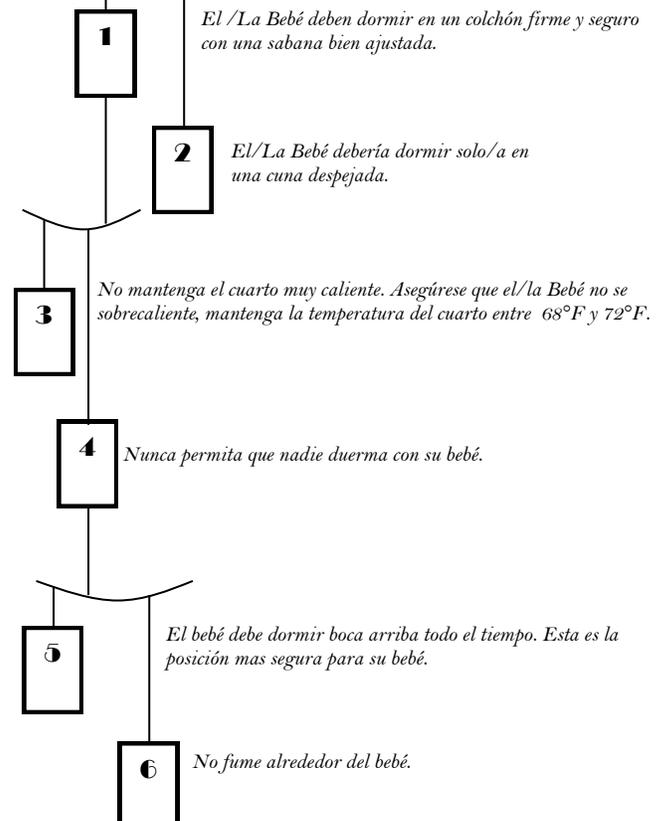
1^{er} y 3^{er} Jueves de cada mes de 5:30 - 7:30 PM

Iglesia Bethany Baptist

600 Old Hollow Road

2^{do} sábado de cada mes de 9:00 AM. – 12 medio día.

Consejos para Acostar a Dormir a Bebe Seguros



RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL CONDADO FORSYTH

CLINICA WIC

WIC es la abreviatura en sus siglas en inglés de Women, Infants and Children (Mujeres, Infantes y Niños) también se le llama el Programa de Nutrición Complementario para Mujeres, Infantes y Niños. El Programa de WIC del Condado de Forsyth, cuenta con personal bilingüe (inglés y español).

¿Quién es elegible?

WIC esta disponible para mujeres que están embarazadas, amamantando, o en post-parto, así como infantes y niños hasta la de edad de cinco años. Para determinar si es elegible usted debe hacer una cita llamando al 336-703-3100.

Para participar la persona debe:

- Ser un residente del Condado Forsyth. Mostrar un documento de identificación, prueba de vivienda y prueba de ingresos.
- Tener un ingreso familiar menos del 185% del índice de pobreza de los EEUU. Por ejemplo, para calificar para el programa una familia de dos personas debe tener un ingreso máximo anual de \$25,327 o \$488 por semana. Una persona que recibe Medicaid, Work First Families Assistance (TANF), o Estampillas de Alimentación automáticamente reúnen los requisitos de elegibilidad.
- Debe tener un riesgo nutricional: Una nutricionista u otro profesional de salud le hará al paciente una evaluación de riesgo nutricional sin ningún costo. Usualmente se hará en la oficina local de WIC.

Horario del Programa WIC del Departamento de Salud Pública del Condado Forsyth
336-703-3336

Departamento de Salud Pública del Condado Forsyth
Ubicación: 799 N. Highland Avenue
Winston Salem, NC 27101
Clinica 5

Citas

Se requiere una cita para recibir los servicios.

Para una cita llame al (336)703-3336 o 703-3100

Horario de WIC en el Departamento de Salud:

Lunes, martes y miércoles: 7:45 AM – 4:15 PM.

Jueves: 7:45 AM – 7:30 PM

Viernes: 7:45 AM – 4:15 PM.

Oficina localizada en el:

501 Cleveland Avenue, Suite B:

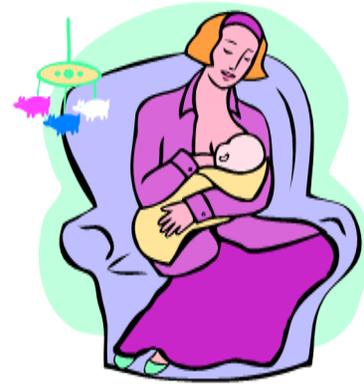
Lunes, martes, miércoles y jueves:

7:45 AM. – 6:30 PM

Viernes: 7:45 AM. - 11:45AM.

Tenemos otras oficinas, por favor llame o revise nuestro sitio de Internet.

CLASES DE LACTANCIA MATERNA



SI TIENE ALGUNA PREGUNTA ACERCA DE LA LACTANCIA MATERNA, LLAME LA LINEA DE LACTANCIA MATERNA AL 336-703-3359 o 336-703-3301 PARA ESPAÑOL!

<p><u>Clase #1 de alimentación de Infantes</u></p> <p>Los temas incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beneficios de amamantar • Los mitos que existen en cuanto a la lactancia materna 	<p>Inglés</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lunes a la 1:30 p.m. • Miércoles a las 8:30 a.m. • Jueves a las 5:30 p.m. (el 2^{do} Jueves de cada mes) <p>Español</p> <ul style="list-style-type: none"> • Martes a las 2:00 p.m.
<p><u>Clase # 2 de alimentación de Infantes</u> <u>Clases para prenderse del pecho mejor (Latch-on)</u></p> <p>Los temas incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posiciones corrector para que el bebé se prenda del seno. • Diferentes posiciones mientras amamanta 	<p>Inglés</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lunes a las 2:30 p.m. • Miércoles a las 9:30 a.m. • Jueves a las 5:30 p.m. (el 3^{er} Jueves de cada mes) <p>Español</p> <ul style="list-style-type: none"> • Viernes a las 10:30 a.m. (1^{er}, 3^{er}, 4^{to}, y 5^{to} Viernes de cada mes) • Jueves a las 5:30 p.m. (1^{er} Jueves de cada mes solamente)
<p><u>Clase # 3 de alimentación de Infantes</u> <u>Exprimirse la leche materna, almacenamiento y Fórmula</u></p> <p>Los temas incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Como exprimirse (pompear) la leche del seno cuando no pueda lactar. • La manera apropiada de guardar la leche materna e introducción de la Fórmula. 	<p>Inglés</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lunes a las 3:30pm (1^{er} y 3^{er} Lunes del mes solamente) • Miércoles a las 0:30am (1^{er} y 3^{er} Miércoles de cada mes solamente) • Jueves a las 5:30pm (4^{to} Jueves de cada mes solamente) <p>Español</p> <ul style="list-style-type: none"> • Esta información se enseñó con la Clase II
<p><i>*Espacio limitado: las clases pueden ser programadas con WIC. Estas citas son solamente para clientes del Programa de WIC. Los clientes que no son elegibles para WIC deben llamar a Sheila Britt-Smith al (336) 703-3334 para programarle una cita.</i></p>	

RECURSOS PARA MUJERES EMBARAZADAS Y PADRES DE NIÑOS (DE 0-5 AÑOS) DEL CONDADO FORSYTH

Ácido Fólico:

- Tomar ácido fólico puede ayudar a prevenir ciertos defectos de nacimiento
- El ácido fólico sólo funciona si una mujer lo toma antes y durante las primeras etapas del embarazo
- Tome una multi-vitamina cada día que contenga 400 microgramos de ácido fólico
- Una vez embarazada, tome una vitamina prenatal con al menos 600 microgramos de ácido fólico **Fuente de Información: March of Dimes**

Horario de la Clínica de Conserjería y Pruebas de VIH/ITS del Departamento de Salud Pública del Condado Forsyth 336-703-3100

Ubicación: 799 N. Highland Avenue, **Clínica 2**

Costo

No se cobra por estos servicios.

Citas

No se requiere una cita pero para las pruebas de VIH quiza si se requiera una.

Para inglés: 336-703-3315 Para español: 336-703-3091

Horario de la Clínica

Lunes, Martes y Miércoles: 8:30 -11:30 a.m.

Y 12:30 – 3:45 p.m.

Jueves: 9:30 -11:30 a.m.

Y 12:30 - 6:45 p.m.

Viernes: 8:30 - 11:45 a.m.

Horario de la Clínica para Infecciones Transmitidas Sexualmente del Departamento de Salud Pública del Condado Forsyth 336-703-3324

Ubicación : 799 N. Highland Avenue, **Clínica 2**

Costo

No se cobra por estos servicios.

Citas

Para hacer una cita llame al 336-703-3324

Horario de la Clínica

Lunes, Martes y Miércoles: 8:30 -11:30 AM

Y 12:30 – 3:45 p.m.

Jueves: 9:30 -11:30 AM

Y 12:30 - 6:45 PM

Viernes: 8:30 - 11:45 PM.

Clínica de Planificación Familiar del Departamento de Salud Pública del Condado de Forsyth

Clínica de Planificación Familiar Departamento de Salud Pública

Ubicación: 799 N. Highland Avenue, **Costo para la Clínica 1**

Para determinar los cobros de pago, nos basaremos en sus ingresos.

Citas

Para estos servicios se requiere una Cita de Acceso libre, para hacer una cita llame al 336-703-3324.

Horario

Lunes a miércoles: 8:30 – 11:45 AM

& 12:45 -3:45 PM

Martes: 12:30 -3:45 PM

Jueves: 9:30 – 11:45 AM y 12:45 - 6:45 PM

Viernes: 8:30 – 11:45 AM

Horario de Acceso Libre le permite llamar y hacer una cita conveniente para usted.

Llame desde las 7:30-10:00 AM de Lunes-Viernes para recibir su cita el mismo día



Supported by project number H99 MC00088 from the Healthy Start Initiative, Maternal and Child Health Bureau, Health Resources and Services Administration, Department of Health and Human Services in conjunction with the NC Division of Public Health - Women's and Children's Health Section.

¡Consejos de Seguridad!

- Use un asiento de seguridad para bebé y colóquelo mirando hacia la parte de atrás del carro, úselo lo más que pueda, pero por lo menos hasta que su niño tenga 2 años de edad o alcance el peso límite de altura.
 - Las inspecciones de las sillas de bebé se llevan a cabo el 3er jueves de cada mes en Downtown Health Plaza de 2:30-4:30 PM, No necesita una cita.
 - Mantenga los aparatos electrónicos portátiles o dispositivos que utilizan pilas en forma de botón fuera del alcance de los niños pequeños, ya que puede ser muy peligroso si un niño (a) se lo pone en su boca.
 - Guarde en su teléfono el número de la línea directa de asistencia del Instituto Nacional de Ingestión de Batería (202-625-3333). Llame en cualquier momento para información adicional de tratamiento.
 - Para evitar quemaduras accidentales, fije su calentador de agua a 120 grados Fahrenheit o siga las instrucciones recomendadas por el fabricante.
 - Programe en el teléfono de su casa o en el celular el número de teléfono gratuito del Centro de Control de Envenenamientos (800-222-1222) también colóquelo sobre su refrigeradora.
- Para obtener más información, por favor visite www.buckleupnc.org o www.ncsafekids.org o llame al (800)-672-4527.**

For more information, please visit www.buckleupnc.org or

Descargo de responsabilidad: Este documento es una lista completa que incluye recursos y servicios que dispone el Condado Forsyth, con la fecha de revisión [o puede insertar la fecha] La guía se actualiza anualmente y está organizado como un documento electrónico con código de colores disponible en nuestro sitio de internet: http://forsyth.cc/PublicHealth/documents/pregnancy_parent_resources.pdf No está diseñado para su uso como educación de los pacientes individuales o copias en blanco y negro. El Departamento de Salud Pública Condado de Forsyth no se hace responsable de la calidad del formato si el documento está duplicado