

Tu bebé te tiene

Usted tiene text4baby

Texteé **BEBE** a **511411**

Recibe mensajes **GRATIS** en tu teléfono que te ofrecerán ayuda durante tu embarazo y el primer año de tu bebé.



Un servicio de la
Coalición Nacional
de Mamás
Saludables, Bebés
Saludables

text4baby™

text4baby.org



FDA

**Office of
Women's
Health**

www.fda.gov/pregnancy



¿Qué es text4baby?

Si está embarazada o tiene un bebé menor de un año, puede inscribirse para recibir mensajes de texto GRATUITOS sobre el cuidado prenatal y el cuidado de su bebé, y mucho más.

Usted recibirá tres mensajes de texto por semana, programados de acuerdo con la fecha prevista de su parto o el primer cumpleaños de su bebé. Los mensajes empiezan durante el embarazo y van hasta el primer año del bebé. Recibirá consejos en los siguientes temas: cuidado prenatal, cuidado del bebé, vacunas, depresión postparto, consejos para dar pecho o amamantar, salud oral, como dejar de fumar, como alimentar al bebé, seguridad en el auto y como ayudarlo a que duerma cómodo y seguro.

¡Todos los mensajes que usted reciba de text4baby son gratuitos! Aunque usted no tenga un plan de mensajes, usted podrá recibir los mensajes sin costo alguno. Si tiene un límite en sus mensajes de texto por mes, text4baby no le restará de la cantidad total de mensajes. Todas las compañías de telefonía celular Estadounidenses están participando en el servicio de text4baby. Para ver una lista completa, visite **www.text4baby.org**.

Inscríbese ahora – texteeé BEBE (BABY en Inglés) a 511411

¿Está buscando información sobre medicamentos y el embarazo? La Oficina de Salud de Mujeres de la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA –según sus siglas en inglés) tiene materiales gratuitos y videos que le ayudaran a tomar buenas decisiones acerca de los medicamentos y otros productos que son seguros para usted y su bebé. Aprenda más sobre este tema en **www.fda.gov/pregnancy**.



**Office of
Women's
Health**



Texto con la palabra "BEBE" lo "BABY" en Inglés al 511411 para recibir tres mensajes de texto gratis a la semana, durante todo el embarazo y hasta el primer cumpleaños del bebé. Para obtener más información, visite www.text4baby.org. Texto "STOP" para interrumpir los mensajes o "ayuda" para obtener ayuda.