

# CenteringPregnancy®

**CenteringPregnancy** es atención prenatal que incluye un control de salud individual junto con horas y atención adicionales en un entorno grupal. Usted se reunirá con su proveedor de atención de salud y otras mujeres que tienen fecha de parto alrededor de la misma fecha que usted en 10 sesiones durante su embarazo.

**CenteringPregnancy** es una manera de compartir aprendizaje y experiencias con otras mujeres embarazadas y de participar en su propia atención.



Centering

*Usted hará lo siguiente:*

- ♥ Aprenderá más sobre el embarazo.
- ♥ Estará mejor preparada para el parto.
- ♥ Estará mejor preparada para cuidar a su bebé.
- ♥ Participará más en su atención de salud.
- ♥ Pasará más tiempo con su proveedor.

Una mejor manera de obtener atención prenatal.

## Centering® le brinda:

### Más información

Un grupo de mujeres con fechas de parto similares se reúnen en sesiones regulares con su proveedor de atención de salud. El grupo se relaja y se divierte. Todas pueden compartir sus preguntas, recomendaciones y experiencias.

### Apoyo

Las futuras madres se reúnen con otras mujeres embarazadas con fechas de parto cercanas a las de ellas y crean lazos que pueden durar toda la vida.

### Tiempo

Cada consulta grupal dura alrededor de 2 horas con el proveedor de atención de salud que dirige la sesión. Programar con anticipación hace que sea más fácil la planificación del trabajo y del cuidado infantil.

### Resultados comprobados

- Entre un 96 y 97% de las mujeres encuestadas prefieren recibir su atención prenatal en grupo.
- Existe un 33% menos de probabilidades de dar a luz un bebé prematuro.
- Hay mayores tasas de amamantamiento.



[centeringhealthcare.org](http://centeringhealthcare.org)