erie REPRODUCTIVE HEALTH

For a Healthy Pregnancy...

See your prenatal care team early and regularly to...

- Learn about what you should and should not eat and drink during your pregancy
- Track your baby's development
- Prepare for giving birth and bringing your baby home
- Learn how your oral health can affect your baby's health
- Register for your hospital delivery
- Learn about nutrition for your baby
- Learn about well-baby care
- Connect to community resources and programs
- Understand the benefits of breastfeeding
- Get support for your emotional needs during your pregancy

Para un embarazo saludable...

Acude a tu equipo de atención prenatal y con regularidad para...

- Sabe qué debes y qué no debes comer y beber durante el embarazo
- Sigue el desarrollo de tu bebé
- Preparate para dar a luz y llevar a tu bebé a casa
- Registrate para el parto en el hospital
- Aprende cómo tu salud oral puede afectar la salud del bebé
- Aprende sobre la nutrición de su bebé
- Aprende sobre el cuidado del bebé
- Conectate con los recursos y programas de la comunidad
- Entiende los beneficios de la lactancia materna
- Obtén apoyo para tus necesidades emocionales durante el embarazo