

# Guía de recursos de maternidad en la comunidad

---

## ¿Está embarazada?

Esta es una lista de recursos de la comunidad disponibles en su vecindario.



# Programas en toda la ciudad



**Healthy Families New York (HFNY):** HFNY es un programa de visitas domiciliarias para mejorar la salud y el bienestar de bebés y niños. Sus servicios promueven la interacción positiva entre padres e hijos, el desarrollo sano de los niños, las relaciones sanas, la autosuficiencia familiar, y los vínculos con proveedores médicos y recursos de la comunidad. El programa puede comenzar durante el embarazo o en el parto, y dura hasta los cinco años. Los servicios son gratuitos y están disponibles para todos. Visite [healthyfamiliesnewyork.org](https://healthyfamiliesnewyork.org) para encontrar un programa de HFNY cerca de usted.

## **Programa de Visitas Domiciliarias para Recién Nacidos:**

El Programa de Visitas Domiciliarias para Recién Nacidos ayuda a las madres y a los recién nacidos durante las primeras semanas después del parto. Un profesional de la salud pública la visitará en su domicilio para brindar apoyo a la lactancia materna, darle consejos de salud y seguridad en temas como el sueño seguro, y ayudarle con recomendaciones de recursos en la comunidad. Otros temas que pueden cubrirse en una visita incluyen el desarrollo del bebé, consejos para formar vínculos, apoyo si siente depresión o para alcanzar un objetivo como dejar de fumar, y revisiones de salud ambiental, como falta de detectores de humo, protectores de ventanas, y pintura descascarada que puede contener plomo. Este programa es gratuito y está disponible para las mujeres que dieron a luz en hospitales participantes. El personal del programa se comunicará con las madres elegibles para acordar una visita domiciliaria. Visite [nyc.gov/site/doh/health/health-topics/pregnancy-newborn-visiting.page](https://nyc.gov/site/doh/health/health-topics/pregnancy-newborn-visiting.page).

**Baby Café:** Las reuniones de Baby Café son grupos informales gratuitos de apoyo a la lactancia materna en la comunidad sin cita previa. Estos grupos de apoyo entre pares ofrecen atención e intervención profesional, continua y de alta calidad en temas de lactancia.

Visite [www.babycafeusa.org/](https://www.babycafeusa.org/) para encontrar un lugar cerca de usted.

# Programas en el Bronx



## **Bronx Health Link:**

Promueve la salud de la mujer antes, durante y después del embarazo, así como la salud de los bebés recién nacidos. Bronx Health Link se asocia con organizaciones de la comunidad para brindar difusión y remisiones a servicios, servicios de gestión de casos, acceso a servicios sociales y talleres de educación sobre la salud en inglés y en español. Visite [bronxhealthlink.org/health-resources](https://bronxhealthlink.org/health-resources) para obtener más información.

## **Catholic Guardian Services | Centro de Recursos de Crianza:**

Las madres tienen acceso a clases de crianza gratuitas en las que aprenden a cuidar de sí mismas durante el embarazo, alimentar y cuidar a un recién nacido, desarrollar expectativas apropiadas sobre el desarrollo de los niños, adaptarse al estrés de la maternidad, y fortalecer a sus familias. También se ofrecen cuidado pre- y posnatal, asesoría para mujeres con crisis por el embarazo, asistencia financiera y artículos para el cuidado del bebé, como cunas y artículos del ajuar. Visite <https://www.catholicguardian.org/child-welfare-family-support-services> o llame al 718.828.0300 para obtener más información.

# Programas en Brooklyn

## Brooklyn Perinatal Network:

Visite [www.bpnetwork.org/nyc/](http://www.bpnetwork.org/nyc/) o llame al 718.643.8258 para obtener más información sobre cómo inscribirse en los talleres.

## Caribbean Women's Health Association (CWAH) |

**Taller de lactancia materna e información sobre sueño seguro:** Los talleres de lactancia materna y sueño seguro de CWAH son talleres virtuales interactivos de 3 horas que ayudan a las personas embarazadas y que darán a luz a aprender sobre los beneficios, las técnicas y los desafíos de la lactancia materna, así como a crear un entorno de sueño seguro para sus bebés.

**Programa de Crianza - Promoción del Desarrollo Infantil:** CWAH organiza talleres de crianza para promover prácticas y estrategias de crianza positivas, eficaces y comprobadas para fortalecer el desarrollo social, emocional, físico y académico de los niños pequeños.

**Brooklyn Birth Justice Defenders:** CWAH funciona como un centro de Brooklyn Birth Justice Defenders (BJD), un grupo de residentes de la comunidad comprometidos a transformar la experiencia del parto para personas afroamericanas y de color. Los BJD educan a la comunidad sobre la atención justa, respetuosa y digna durante el embarazo, el parto y el puerperio, para que cada persona tenga el poder de exigir la atención que merece.

**Apoyo de doulas:** Caribbean Women's Health Association ahora es el proveedor de servicio de doulas gratuito y basado en la comunidad más grande de la Ciudad de Nueva York.

Visite [www.cwha.org/](http://www.cwha.org/) o llame al 718.826.2942 para obtener más información.



# Programas en Manhattan



## Centro para Padres de Henry Street Settlement |

**Grupos de crianza de seis semanas:** Padres y madres de niños y adolescentes exploran diferentes temas sobre crianza en grupos de seis semanas, con temas de desarrollo saludable, responsabilidad, disciplina, autoestima y más.

**Talleres semanales y mensuales de única vez** sobre diversos temas de crianza: Se realizan en el Centro para Padres y en otros centros del programa Henry Street, donde se ofrece información y debate sobre diferentes temas de crianza. Entre los temas, se incluyen seguridad en Internet, técnicas eficaces de disciplina, autocuidado y manejo del estrés, crianza compartida exitosa, y muchos más.

**El camino de la crianza:** Construya relaciones familiares enriquecedoras a través de una mayor conciencia propia y cuidado personal en este grupo de crianza basado en un plan de estudios de 12 semanas. \*Aprobado por el Tribunal Familiar/la Administración de Servicios para Niños

**Martes de niños pequeños:** Padres, madres y sus niños pequeños (de 16 meses a tres años) participan en juegos estructurados, y aprenden con música y movimiento, historias, arte, manualidades y más en este grupo de seis semanas.

Visite [www.henrystreet.org/programs/primary-behavioral-health/parent-center/](http://www.henrystreet.org/programs/primary-behavioral-health/parent-center/) o comuníquese con el Centro para Padres al 212.471.2400 o al correo electrónico ParentCenter@henrystreet.org para obtener más información.

# Programas en Queens



## Public Health Solutions |

### **Banco de Pañales de Queens:**

Public Health Solutions ofrece pañales gratuitos a los residentes de Queens a través del Banco de Pañales de Queens. El Banco de Pañales de Queens abre dos días al mes con cita únicamente y proporciona pañales una vez cada dos meses por niño por orden de llegada a la cita.

**Distribución de cunas:** Public Health Solutions es el distribuidor de Cribs for Kids del condado de Queens. Padres o cuidadores elegibles pueden recibir información sobre sueño seguro, una Pack 'n Play (o cuna portátil), sábanas para la cuna, un saco de dormir seguro para el bebé y una red para la cuna.

### **Línea de ayuda de lactancia materna de la Ciudad de Nueva York:**

Ofrece apoyo virtual gratuito sobre lactancia materna y contesta preguntas sobre cómo alimentar a su bebé.

Llame al 646.965.7212 para programar una reunión por videollamada o teléfono con una asesora de lactancia certificada. Este programa abarca a toda la ciudad.

### **Visite:**

<https://www.healthsolutions.org/community-work/family-support/community-offerings/> para obtener más información.

# Programas en Staten Island

**Cross Road Foundation:** Programa “Gana al aprender” para mujeres embarazadas y nuevas mamás. Las participantes ganan “Dinero de mamá” por asistir a clases prenatales o de crianza. Pueden usar el “Dinero de mamá” en la tienda “Mommy Store” de la Cross Road Foundation para comprar artículos de bebé. Las mujeres embarazadas y las nuevas mamás de bebés de hasta 3 meses de edad pueden unirse al programa. Las participantes pueden tomar clases hasta que sus bebés tengan 18 meses de edad. Este programa es gratuito, pero solamente para residentes de Staten Island. Llame al 718.556.3474 para obtener más información.



# Qué debe saber

## Sobre el beneficio de exámenes de detección periódicos, y diagnóstico y tratamiento tempranos (EPSDT):

El beneficio de exámenes de detección periódicos, y diagnóstico y tratamiento tempranos (EPSDT, por sus siglas en inglés) ofrece servicios de atención médica completos y preventivos a niños menores de 21 años que estén inscritos en Medicaid. El EPSDT es esencial para garantizar que los niños y los adolescentes reciban los servicios preventivos, odontológicos, de salud mental, del desarrollo y especializados más apropiados. Para obtener más información, visite [metroplus.org/member/health-information/womens-health](https://metroplus.org/member/health-information/womens-health).



**Servicios al Miembro: 800.303.9626 (TTY:711),**  
De lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.;  
sábados, de 9 a. m. a 5 p. m.

ATTENTION: Language assistance services and other aids, free of charge, are available to you. Call 1.800.303.9626 (TTY:711). ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1.800.303.9626 (TTY:711). 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1.800.303.9626 (TTY:711)。 MBR 25.359es