

¿Está embarazada o acaba de tener un bebé?

¡Existe un servicio **SIN CARGO** que puede ayudarla!



Text4baby es un servicio sin cargo para ayudarla durante el embarazo y el primer año de vida de su bebé.

Reciba - SIN CARGO - mensajes de texto en su celular cada semana. Los mensajes de text4baby le darán consejos sobre:

- cómo mantenerse saludable
- el trabajo de parto y el parto
- la lactancia materna
- la importancia de las vacunas
- la alimentación saludable y el ejercicio
- ¡y mucho más!

Para que su bebé comience la vida de la mejor manera posible, inscríbese en text4baby.

Para inscribirse en **text4baby**

tan solo **envíe** la palabra **BEBE** al **511411**.

Se le pedirá un código de participación después de inscribirse. Ese código es **HFS** y le permitirá a text4baby saber que usted es miembro de nuestro plan de salud. También nos ayudará a saber que usted se inscribió en este servicio.



Text4baby es un programa educativo de la Coalición Nacional Healthy Mothers, Healthy Babies (Madres Sanas, Bebés Sanos, HMHB).

También puede visitar **www.text4baby.org** (en inglés) para:

- inscribirse en **text4baby**
- obtener más información

¡Qué mamá más inteligente!

Se inscribió en **text4baby**



Healthy First Steps™ (Primeros Pasos Saludables) es un socio de alcance de text4baby.