

Brindando mayor tranquilidad durante su embarazo

Aunque dar la bienvenida a un nuevo bebé es un momento emocionante, es completamente natural tener preguntas o sentirse insegura durante el embarazo. El programa de Maternidad de Bright Beginnings está aquí para apoyarla, ofreciendo orientación personalizada y uno a uno para ayudarla a sentirse segura, informada y acompañada durante todo su proceso.

Conozca a su administrador de atención de maternidad

Con el programa Bright Beginnings, se le asignará un administrador de atención que será su único punto de contacto de principio a fin.



Con experiencia en maternidad, trabajo de parto y parto, y atención posparto



Se mantiene en comunicación permanente con usted por teléfono



Ayuda con todo, desde pruebas de detección y derivaciones hasta nutrición y preguntas cotidianas



Coordina estrechamente con su médico de atención primaria y obstetra

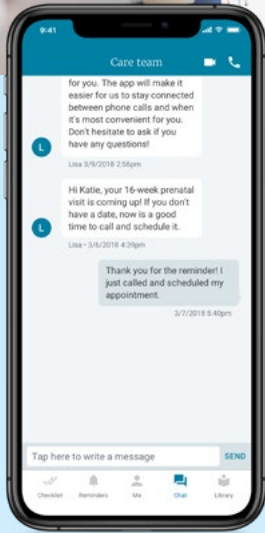


Usted también recibe materiales educativos que destacan el progreso del bebé y lo que puede esperar cada trimestre, así como evaluaciones posparto, educación y apoyo. Todo sin costo para usted.

Llame al 1-877-222-1240 para inscribirse en Bright Beginnings u obtener más información.



**"Me ayudaron a saber
qué preguntarle a mi
obstetra y qué síntomas
debía comentarle".**



1 de cada 5

**mujeres experimenta algún
tipo de depresión o ansiedad
relacionada con el embarazo***

Wellframe® también ofrece apoyo para la salud emocional. Si está atravesando emociones encontradas, no está sola. Wellframe® ofrece programas que ayudan con todo, desde el bienestar general hasta la ansiedad y la depresión.

Obtenga apoyo seguro al alcance de su mano con la aplicación Wellframe

Como participante de Bright Beginnings, puede usar la aplicación gratuita de Wellframe® para mantenerse en contacto con su administrador de atención, acceder a herramientas de autogestión y obtener respuestas a sus preguntas.



Envíe un mensaje de texto a su administrador de atención

Manténgase conectada y reciba el asesoramiento y apoyo personalizado que necesita. Todo a través de mensajes de texto simples y seguros en la aplicación Wellframe.



Cree planes personalizados

Complete listas diarias de tareas y obtenga información para apoyar cada etapa de su embarazo.



Reciba recordatorios útiles

Lleve un registro fácil de sus medicamentos, citas médicas y más.



**Descargue la aplicación
gratuita Wellframe® hoy**



* Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York
(New York State Office of Mental Health)
Copyright © 2026, Excellus BlueCross BlueShield, un licenciatario
independiente sin fines de lucro de Blue Cross Blue Shield Association.
Todos los derechos reservados.