



# Comer Bien Información Prenatal

*(Eating Right Prenatal Information)*

|         |                                    |
|---------|------------------------------------|
| Nombre: | Miembro del personal de Extensión: |
| Fecha:  |                                    |

- Número de meses embarazada: \_\_\_\_\_
- Fecha prevista del nacimiento: \_\_\_\_\_
- ¿Hay más de un bebé de esperarse? \_\_\_\_\_
- ¿Ha visitado usted un doctor para su embarazo?    SÍ o NO
  - Si sí, ¿cuándo empezó ir? \_\_\_\_\_
  - ¿Cuántas visitas hasta ahora? \_\_\_\_\_
- ¿Planea usted a amamantar?    SÍ o NO
- Durante su embarazo, su médico indicó que su aumento de peso fue: (marque uno)
 

|                |                  |                      |
|----------------|------------------|----------------------|
| A. No bastante | C. Peso fue bien | E. Mensajes variados |
| B. Demasiado   | D. No discutido  | F. No sé             |
- Fecha de primer contacto con el Servicio de Extensión: \_\_\_\_\_
- Sitio de reunión para las clases:
 

|                       |  |
|-----------------------|--|
| a. Hogar              | d. Escuela                                       |
| b. Agencia            | e. Oficina del Servicio Cooperativo de Extensión |
| c. Centro comunitario | f. Otro _____                                    |
- Por favor conteste los siguientes: (marque Verdad, Falso o No Seguro)
  - Los bebés nacidos de las madres que fuman son a menudo más grandes que el promedio.  
VERDAD                      FALSO                      NO SEGURO
  - Si una madre bebe no más de una cerveza al día, no afectará el desarrollo del bebé.  
VERDAD                      FALSO                      NO SEGURO
  - Drogas de la calle afecta la salud de la madre, pero no la salud de su niño que va a nacer.  
VERDAD                      FALSO                      NO SEGURO

THE UNIVERSITY OF GEORGIA AND FT. VALLEY STATE UNIVERSITY, THE U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE AND COUNTIES OF THE STATE COOPERATING. The Cooperative Extension Service offers educational programs, assistance and materials to all people without regard to race, color, national origin, age, sex or disability. AN EQUAL OPPORTUNITY EMPLOYER/AFFIRMATIVE ACTION ORGANIZATION.

Released by Gail M. Hanula, Extension Nutrition-EFNEP Specialist.  
March 2002

Publication Number: FDNS-NE SP 3005