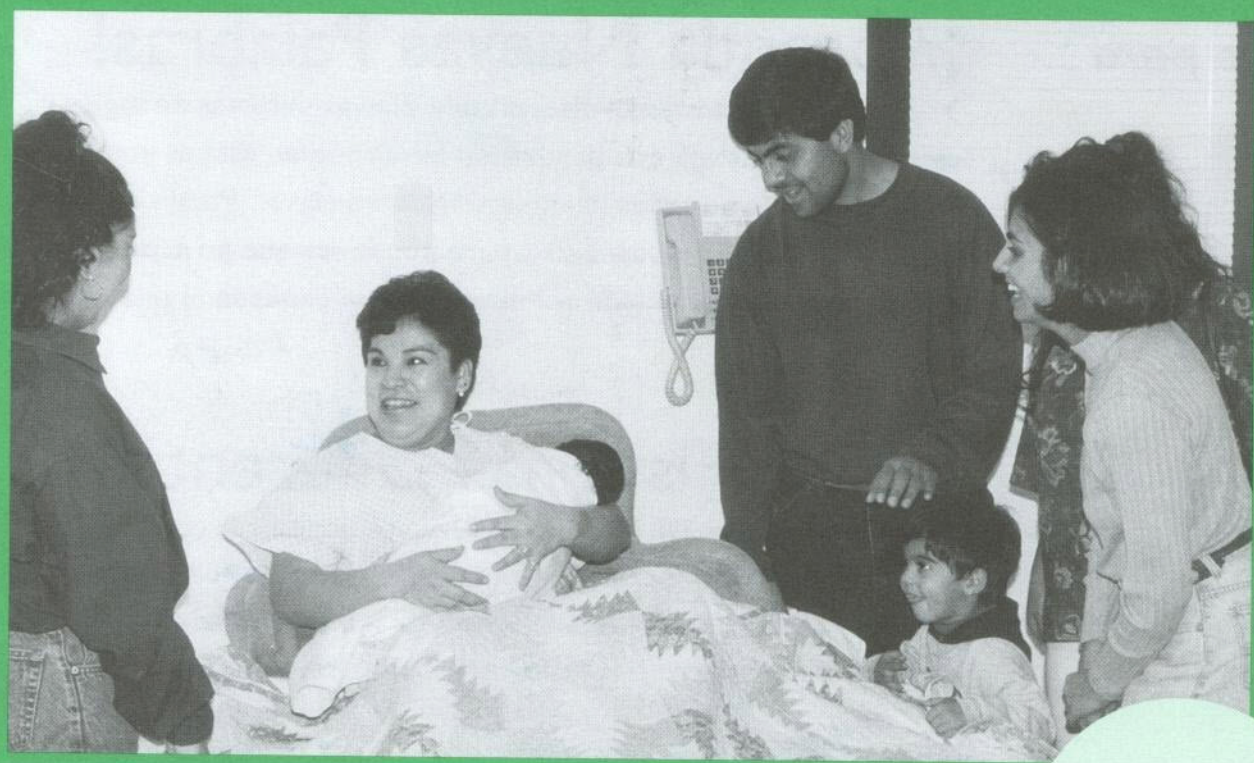


Display
Copy

Ana tiene a su bebé

Ana Has Her Baby

De Madre A Madre



Resource ID # 5279

Ana Tiene a Su Bebe/Ana Has Her Baby

5
Labor

Aprendo Press

Ana tiene a su bebé

Conozca a...

Lupe



Ella está en su tercer mes de embarazo

Rosa



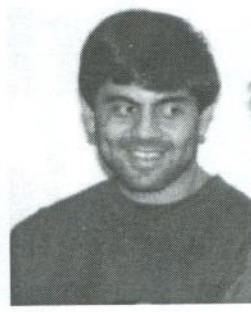
La cuñada de Lupe y sus hijos Pablo y Oscarito

Ana



La hermana de Rosa

Julio



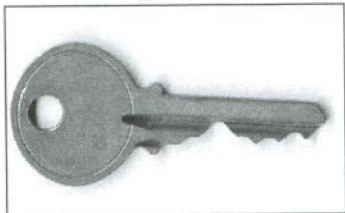
El esposo de Ana

Carmen



La comadre de Ana

Clave para



Entender

¡Aprenda Nuevas Palabras!

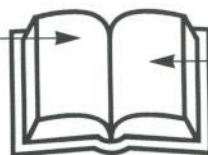
Mientras lea cada fotonovela, aprenda nuevas palabras en inglés y español. Cuando vea una palabra en **letras negras**, ésta es una palabra importante que nosotros llamamos “palabra **clave**.” Puede que Ud. oiga estas palabras en la clínica, pero puede ser que no sepa qué es lo que significan. Estas **palabras importantes** se explican al final de cada historia.

7

SIETE Historias Diferentes

En las fotonovelas **De Madre a Madre**, las mujeres le contarán cómo se sintieron al estar embarazadas y qué es lo que pasa cuando Ana tiene su bebé. Lea sus historias para aprender a mantenerse saludable durante el embarazo. Las historias están escritas en español y en inglés.

Español



Inglés

Ana Has Her Baby

Meet...

Lupe



She is in her third month of pregnancy

Rosa



Lupe's sister-in-law and her sons, Pablo and Oscarito

Ana



Rosa's sister

Julio



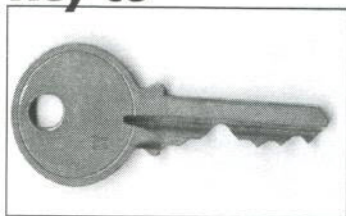
Ana's husband

Carmen



Ana's best friend

Key to



Understanding

Learn New Words!

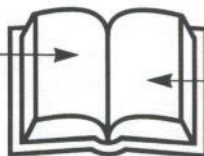
As you read each photonovel learn new English and Spanish words. Whenever you see a word in **bold** letters, it is an important word that we call a “**key** word.” You may hear these words used in health clinics, but may not know what they mean. These **important words** are explained at the end of each story.

7

SEVEN Different Stories

In the *De Madre A Madre* photonovels, these women tell their stories about what it is like to be pregnant and what happens when Ana has her baby. Read their stories to learn how to stay healthy during your pregnancy. The stories are written in both Spanish and English.

Spanish



English

For general information only. This information is not a substitute for medical care.

Ana ha tenido contracciones por algún rato. Después de hablar con la enfermera, sus amigas hacen planes para llevarla al hospital.

Las contracciones de Ana ocurren aproximadamente cada 5 minutos y le duran como 1 minuto cada vez. ❶

La enfermera dijo que ya era tiempo de llevarla al hospital. ❷

Le hablaré a su esposo al trabajo y le diré que venga a casa. ❸

Ya le hablé a Julio. El vendrá en cualquier momento con el auto. ❹

Bien. Ya hablé con Magda, la vecina de Ana. Ella cuidará a los niños mientras nosotros vamos con Ana al hospital. ❺

No olvidemos la maleta que Ana preparó para llevar al hospital, con ropa para ella y para el bebé. ❻



Ana has had contractions for awhile. After talking with the nurse, her friends make plans to take her to the hospital.

Ana's contractions are about 1 minute long and 5 minutes apart. ❶



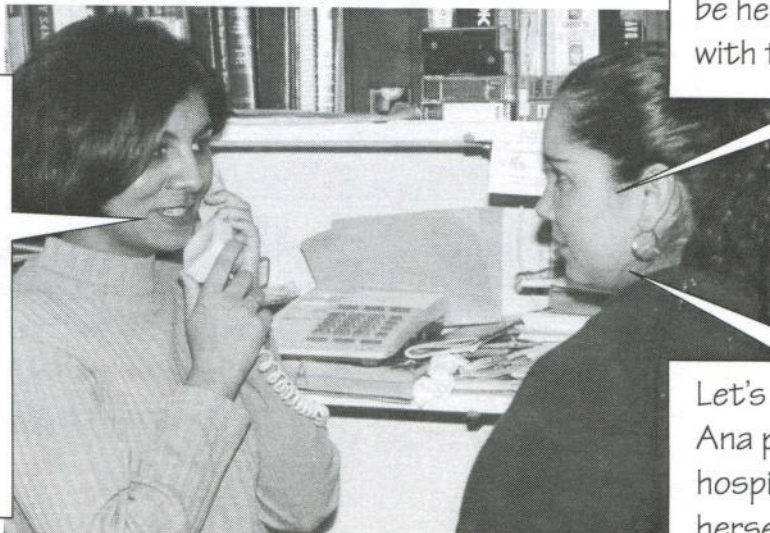
The nurse said it's now time to take her to the hospital. ❷

I'll call her husband at work and tell him to come home. ❸



I've called Julio. He should be here in a few minutes with the car. ❹

Good. I've already spoke to Magda, Ana's neighbor. She will watch the children while we go to the hospital with Ana. ❺



Let's not forget the bag Ana prepared for the hospital, with clothes for herself and the baby. ❻

Rosa, estoy nerviosa, ¡Ay! Estas contracciones son más fuertes de lo que creía.

1



Esa es buena señal, Ana. Quiere decir que tu trabajo de parto está progresando. Respira profundo entre cada contracción y trata de mantenerte tranquila.

2

Julio está acá para llevarte al hospital.

3

Qué bueno que tenía todo preparado. Estoy lista para irme . . . Un momento, se me olvidaba el asiento del auto para el bebé.

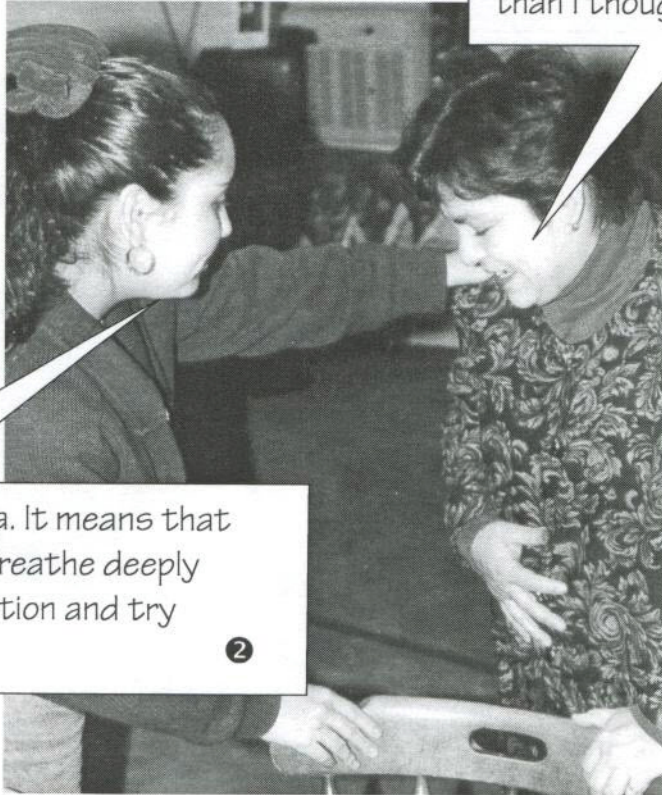
4



Por ahora no te preocupes por el asiento del auto. Nosotros te lo llevaremos cuando vayamos al hospital.

5

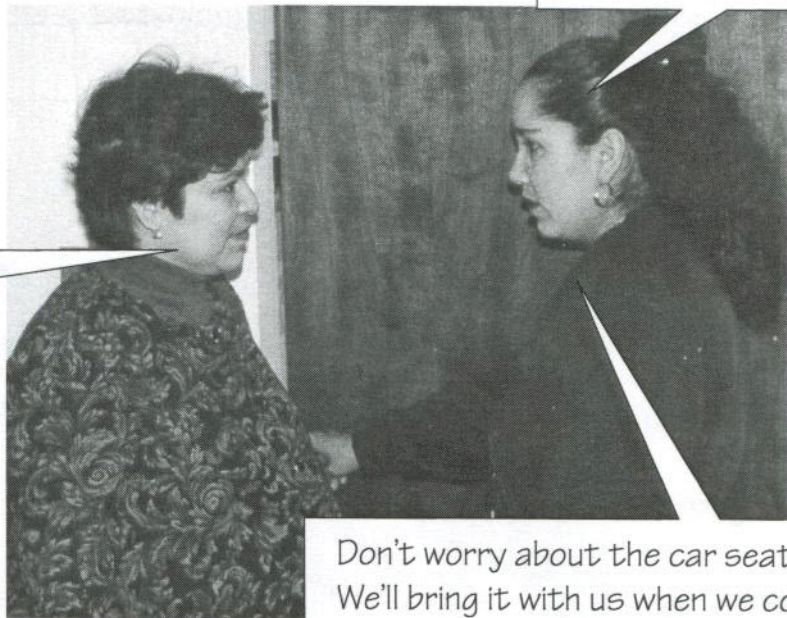
Rosa, I'm nervous and ... Ouch ... these contractions are stronger than I thought. ❶



That's a good sign, Ana. It means that labor is progressing. Breathe deeply through each contraction and try to stay relaxed. ❷

Julio is here to take you to the hospital. ❸

It's a good thing I had everything prepared. I am ready to go ... Wait a minute, I almost forgot the baby's car seat! ❹



Don't worry about the car seat now. We'll bring it with us when we come to the hospital. ❺

Luego, Ana y Julio están en la sala de parto. Las amigas de Ana están platicando en la sala de espera.

Ana parecía estar manejando el dolor muy bien. Creo que los masajes que le dimos le ayudaron. ❶



Julio estaba caminando con Ana por el pasillo. Ana dijo que el caminar le ayudaba con las contracciones. Me alegra que estemos acá, para ayudarle. ❷

Algunas mujeres van al hospital para tener al bebé, otras van a un centro de maternidad, y otras los tienen en casa. Pregúntale a otras mujeres en tu comunidad y en la clínica acerca de las opciones.

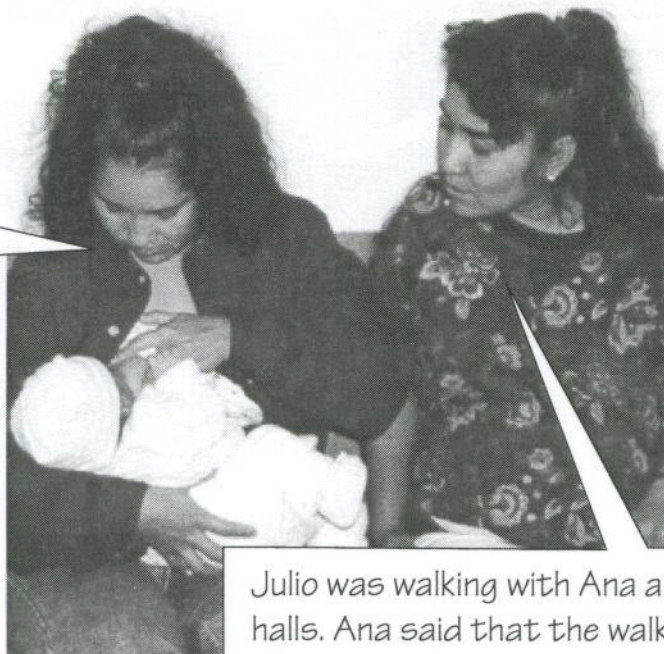
A algunas mujeres les ponen una **epidural**, para ayudarles con el dolor. Con Oscarito yo tuve **anestesia** para la **cesárea**. ❸



Yo me acuerdo de eso, comadre. Te hicieron la **cesárea** porque el médico creía que el bebé no estaba recibiendo suficiente oxígeno. ❹

Ana and Julio are in the labor and delivery room now. Ana's friends are talking in the waiting room.

Ana seemed to be handling the pain very well. I think our massages really helped. ❶



Julio was walking with Ana around the halls. Ana said that the walking was helping her with the contractions. I'm glad we are here to support them. ❷

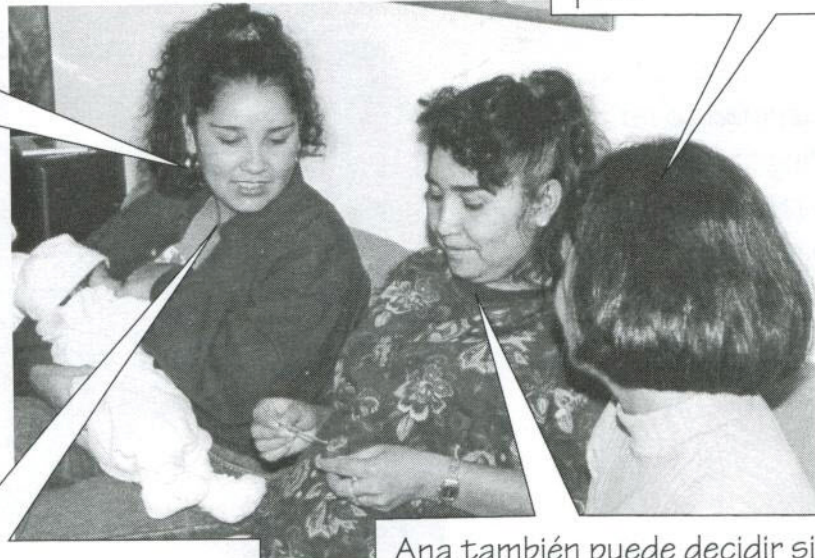
Some women will have their babies in a hospital. Some will give birth in a birthing center and others will give birth at home. Ask the women in your community and at the clinic about your choices.

Some women have an **epidural** to help with the pain. With Oscarito, I had **anesthesia** because of the **cesarean section**. ❸



I remember that, my friend. You had a **cesarean section** because the doctor thought the baby wasn't getting enough oxygen. ❹

Algunas personas circuncidan a sus bebés varones por creencias religiosas. No son los doctores sino los padres quienes deciden si quieren que su hijo sea circuncidado. ②



¿Por qué les hacen la **circuncisión** a algunos bebés varones en este país? ①

Yo decidí tener a Oscarito en mi habitación para poder estar con mi bebé y comenzar a darle pecho cuando él lo pidiera. ④

Ana también puede decidir si su bebé se queda con ella en su habitación, todo el tiempo. ③



Sé que la leche materna es lo mejor para mi bebé, pero no sé si yo pueda amamantar. ⑤

No te preocupes, Lupe. La mayoría de mujeres pueden amamantar. Pregúntale a tu enfermera acerca de esto en tus últimos meses de embarazo. Yo también te puedo dar algunos consejitos. ⑥

Some people circumcise baby boys for religious beliefs. The parents, not the doctor, decide if they want to circumcise their sons. ②

Why do they **circumcise** some baby boys in this country? ①



I decided to have Oscarito in my room so I could be with my baby and start breastfeeding him right away, whenever he needed. ④

Ana can also decide if her baby will stay in her room with her all the time. ③



I know breast milk is best for my baby, but I don't know if I can breastfeed. ⑤

Don't worry, Lupe. Most women can breastfeed. In the last months of your pregnancy ask your nurse about it. I can also give you some tips. ⑥

Ana y Julio me pidieron que les dijera que todo salió bien, y que su hijo, Roberto, es lindo y está sano. ❶

La enfermera entra a la sala de espera para dar a todos la buena noticia.



¡Ay! Bendito sea Dios que todo está bien. ❷

Sí, yo sé que ese nombre significa mucho para ellos. Es bueno ya tener un nombre escogido para el bebé, así puedes completar pronto el acta de nacimiento y el **Formulario de Seguridad Social**. ❸



Roberto es el nombre del abuelo de Julio, que murió apenas hace pocos meses. Si tenían un varón, Ana y Julio querían ponerle al bebé el nombre del abuelo. ❹

Minutos después, en la habitación con Ana . . .

Gracias por acompañarnos. Estoy muy contento de tener a mi familia aquí. ❺

Felicitaciones Ana y Julio. Uds. van a ser muy buenos padres. ❻



Ana and Julio asked me to tell you that everything went well, and their son, Roberto, is beautiful and healthy. ❶

The nurse enters the waiting room to tell everyone the good news.



Oh, thank God everything is OK! ❷

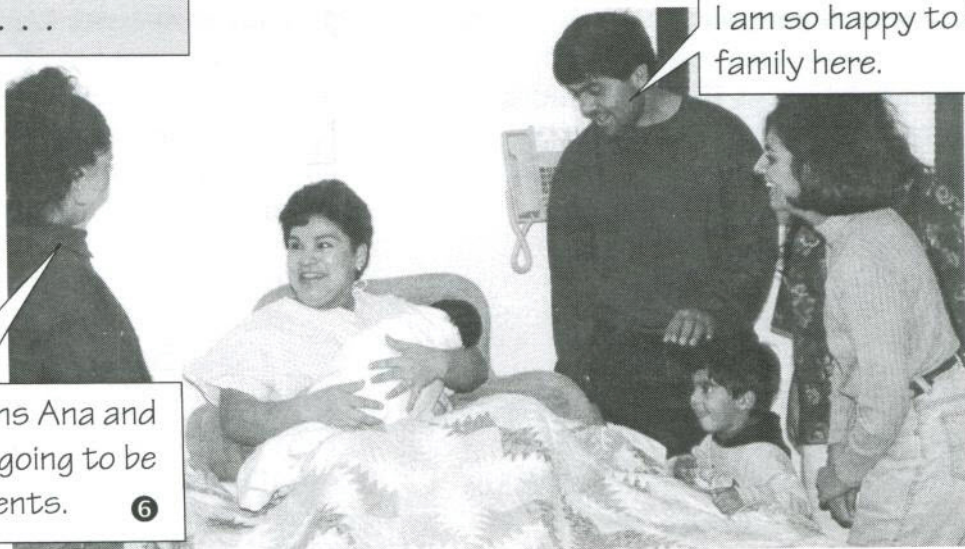
Roberto is the name of Julio's grandfather, who just died a few months ago. If they had a boy, Ana and Julio wanted to name the baby after his grandpa. ❸

Yes, I know this name means a lot to them. It's good to have chosen a name for the baby so you can fill out the birth certificate and **Social Security forms** right away. ❹



In Ana's room a few minutes later . . .

Thank you for being with us. I am so happy to have my family here. ❺



Congratulations Ana and Julio! You are going to be wonderful parents. ❻

Glosario

(Palabras nuevas)

Anestesia

Medicamento que se da para que no sienta dolor. Hay muchos tipos de anestesia: un líquido, que se inyecta; un gas, que se respira; y un gel, que se absorbe por la piel.

Cesárea

Cuando el bebé nace por medio de una intervención quirúrgica (cirugía). La cesárea se hace cuando un parto vaginal es peligroso para el bebé o para la mamá.

Circuncisión

Cirugía para remover la piel floja que cubre la punta del pene del bebé. Costumbre que se hace por creencias religiosas u otras razones. Sólo los varones son circuncidados.

Dar pecho o amamantar

La leche materna es la mejor comida que le puedes dar a tu bebé. El dar pecho también le puede ayudar a la mamá. Sin embargo, algunas mamás prefieran no amamantar. Pregunta en la clínica acerca de tus escojes. Diles de tus inquietudes y preocupaciones.

Epidural

Una inyección de anestesia que se pone en la parte baja de la espalda.

Formulario de Seguridad Social

Formulario que Ud. necesita completar cuando nace su bebé en los Estados Unidos. Este documento proporciona información importante para establecer la nacionalidad del bebé y para poder obtener beneficios que el gobierno de los Estados Unidos provee a sus ciudadanos.

Parto

Los eventos que suceden cuando una mujer da a luz (tiene un bebé). El tiempo que dura un parto varía de mujer a mujer, y para cada bebé.

Glossary

(New Words)

Anesthesia

A medication that is given so you do not feel pain. There are a variety of types: a liquid that is injected, a gas that you breathe, and a gel put on the skin.

Cesarean section

When the baby is born by a surgical operation. A cesarean, or C-Section, is done when it is dangerous for the baby and/or mother to have a natural vaginal birth.

Circumcision

Surgical removal of the loose skin on the tip of a baby's penis. This is done because of religious or other reasons. Only males are circumcised.

Breastfeeding

Breast milk is the best food you can give your baby. Breastfeeding can also benefit the mother. However, some women may not want to breastfeed. Ask at the clinic about your choices. Tell them about your concerns.

Epidural

An injection of anesthesia that is given in the lower part of the back.

Social Security Form

A form you need to fill out for your baby when he/she is born in the United States. It provides important documentation for citizenship and for benefits the U.S. government provides its citizens.

Labor/Delivery

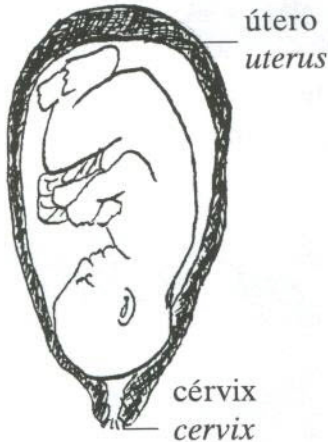
The events that occur when a woman gives birth to a baby. The length of labor varies from mother to mother, and for each baby.

Parto y nacimiento: Lo que se puede hacer para reducir el dolor y sentirse mejor

Labor and Birth: Ways to Reduce Pain

El parto comienza

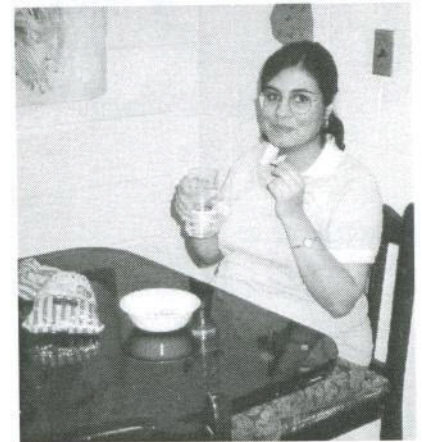
Labor Begins



dilatación *dilated*
0-3 cm



Camina
Walk



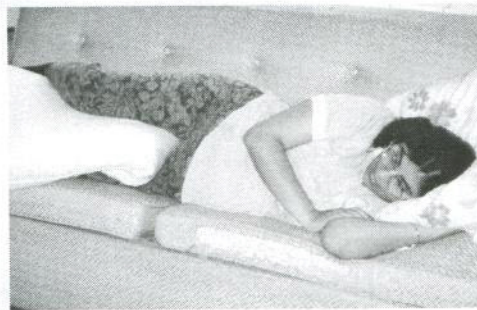
Come o bebe porciones pequeñas
Eat and drink light snacks (food)

Recuerda:

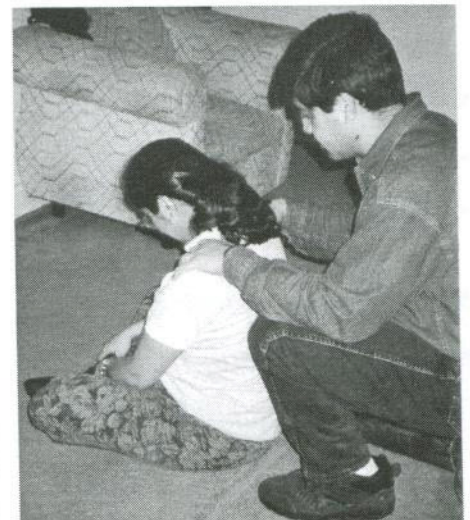
- Las actividades normales (no pesadas) son aceptables
- Mantente fuerte
- Toma un baño o una ducha para relajarte
- Si se te rompe la "fuente" (bolsa de agua), llama a la clínica

Remember:

- *Normal (not strenuous) activities are okay*
- *Keep strength up*
- *Bathe and shower to relax*
- *If bag of water breaks, call clinic*

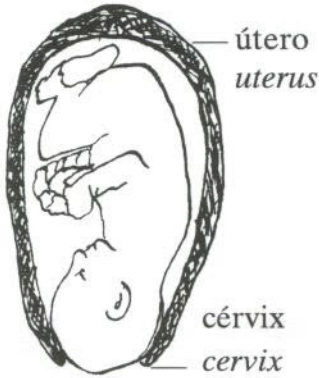


Descansa
Rest



Que te den masajes en los hombros
Massage shoulders

El trabajo de parto avanza Labor Progresses



dilatación *dilated*
3-7 cm

Recuerda:

- Usa bolsa de agua caliente o con hielo para disminuir el dolor de espalda
- Cambia de posición frecuentemente
- Orina cada hora
- Come pedacitos de hielo o toma bebidas

Al esposo o familiar:

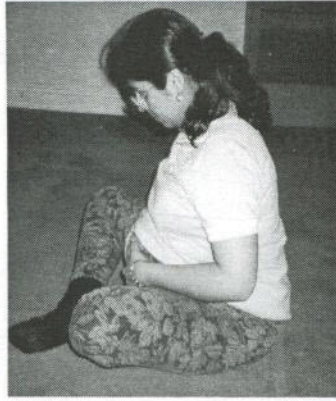
- Dale apoyo y ánimo a la mamá:
"Estás haciendo bien."
"Está bien que te quejes."

Remember:

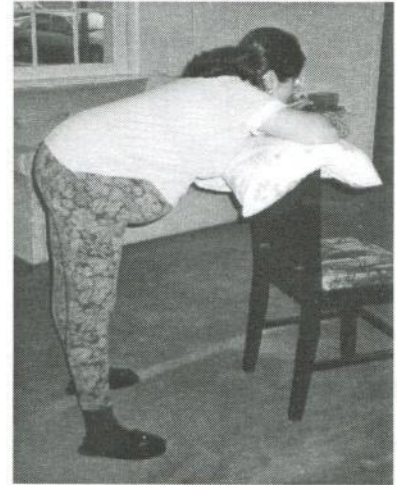
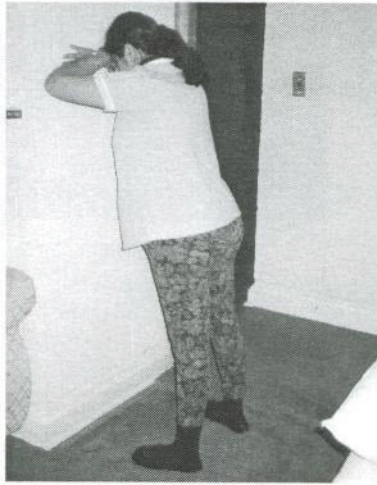
- Use ice or heat packs to help reduce back pain
- Change positions often
- Urinate every hour
- Eat ice chips or sip on fluids

To husband or relative:

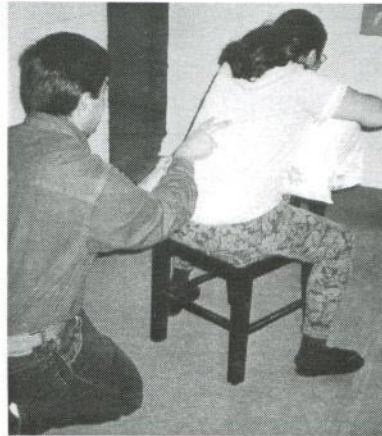
- Encourage mom:
"You're doing great!"
"It's okay to make noise."
(express pain)



Dese un masaje suave
Massage - light touch



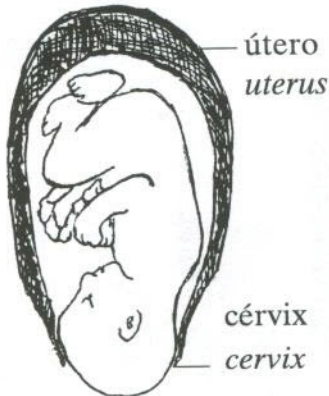
Párate - Usa el peso de gravedad
Stand - use gravity



Dale masajes - Golpecitos suaves a lo largo de la espalda
Massage - light strokes down back

Las contracciones son más fuertes y más seguidas

Contractions are very strong and close together



dilatación *dilated*
7-10 cm

Recuerda:

- Respira profundamente con cada contracción—respira por la nariz y saca el aire por la boca
- Descansa entre cada contracción
- Cambia de posición frecuentemente
- Orina cada hora
- Pregúnta a la mamá qué es lo que necesita
- Ofrécele pedacitos de hielo y bebidas

Remember:

- *Breathe deeply with each contraction—in through nose and out through mouth*
- *Rest between contractions*
- *Change positions often*
- *Urinate every hour*
- *Ask mom what she needs*
- *Offer ice chips and fluids*

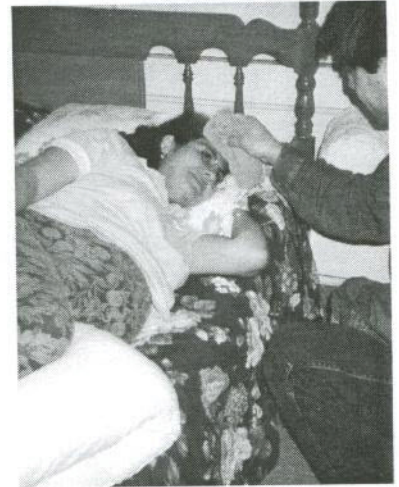
Maneras de dar apoyo Ways to Give Comfort

Dale apoyo:

- Usa una toalla húmeda refrescante
- Dile que:
“Estás haciendo bien.”
“Ya falta poco.”

Give her support:

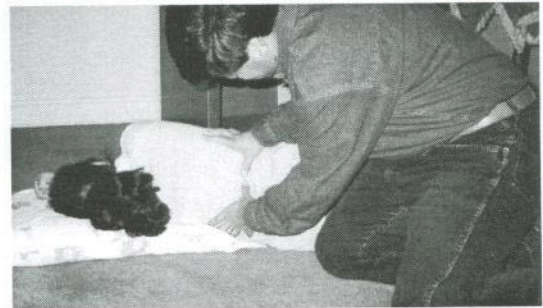
- *Use a cool washcloth*
- *Tell her:*
“You’re doing great!”
“Just a little longer.”



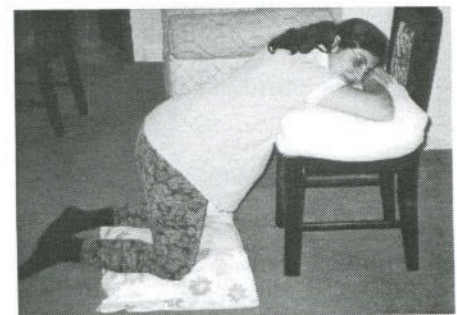
Ofrécele una cobija o frazada, por si tiene frío.

Offer her a warm blanket for chills

Dale un masaje
Give her a massage



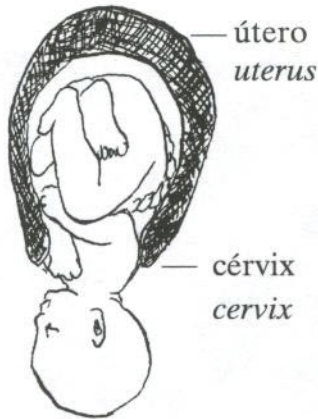
Apóyate en tu compañero
Stand with partner



Ponte en cuclillas
Squat (kneel)

El nacimiento ocurre

Birth Occurs



dilatación *dilated*
10 cm - Nacimiento/*Birth*

Recuerda:

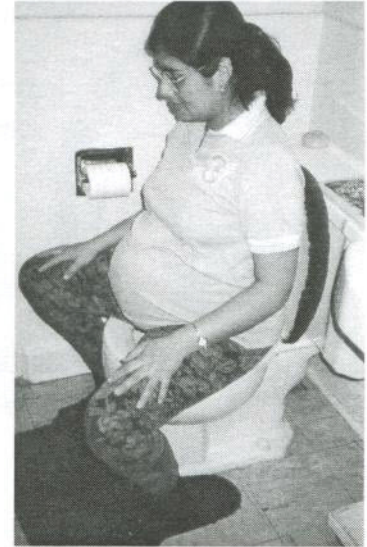
- Durante la contracción - agáchate (pónte en cuclillas) y empuja
- Después de la contracción - respira profunda y lentamente
- Entre cada contracción - estírate y descansa
- Cada mujer y cada parto es diferente. Haga lo que la hace sentirse mejor y que sea más natural
- Esposo - Continúa animándola

Remember:

- *During contractions - squat and push*
- *After contractions - take slow deep breaths*
- *Between contractions - stretch and rest*
- *Every woman and every birth is different! Do what feels natural and comfortable.*
- *Husband - Continue to give reassurance and comfort*

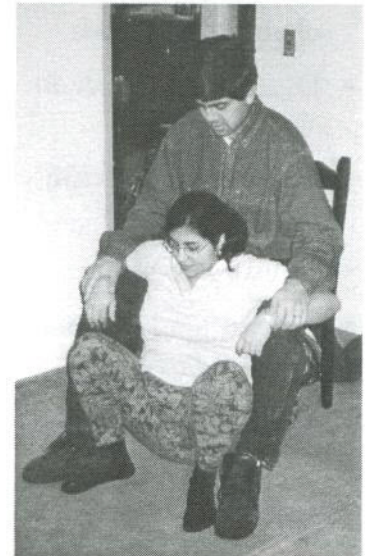
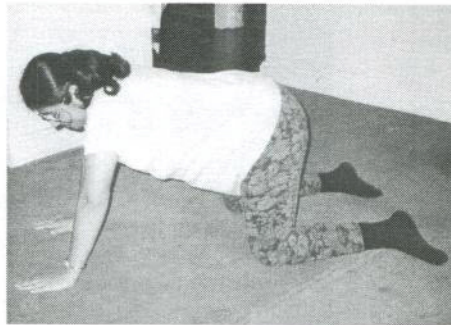
Posiciones para empujar

Positions for Pushing



(No des a luz en el
excusado)

(Do not give birth
in toilet!)



Evita el acostarte
de espalda

Avoid lying flat
on back!

¡Muchas Gracias!

Estas fotonovelas reflejan la experiencia, el cariño y la colaboración de muchas personas—de hombres y mujeres de la comunidad Latina, dedicados proveedores de servicios de salud en muchos de los condados de Carolina del Norte, de profesionales, y de varias organizaciones que sirven a los Latinos en todo el estado.

Queremos agradecer de manera especial a Lori Rolleri, quien ayudó a crear y escribir el libreto original. También queremos agradecer a las personas que nos permitieron fotografiarlas, compartiendo así sus sonrisas y entusiasmo.

Un agradecimiento especial a quienes revisaron este material y nos dieron su apoyo. Su dedicación y comentarios han sido muy valiosos.

Gracias/Thank you: Sheila Bazemore, Maureen Darcey, Angela Drezner, Jeanne Harris, Kimberly Ferguson, Janice Friedman, Donna Jennings, Tamara Hower, Kay James, Kathy Lamb, Caroline Whitehead Doherty, the staff of Beaufort County Health Department, Forsythe County Health Department, Tri-County Community Health Center, Nash Regional Migrant Health Center, the Piedmont Women's Health Center, the Office of Rural Health and Resource Development, the First Step Campaign, and Eastern Carolina Chapter of March of Dimes. Also thanks to Wellspring Grocery at Chapel Hill and Raleigh, NC.

Dedicación

Dedicamos esta serie de fotonovelas a la memoria de Nanette V. Mengel, una mujer sobresaliente, maestra, amante de las letras y de la naturaleza, servidora de los más necesitados de nuestra sociedad.

Many Thanks!

These photonovels reflect the experience, caring and collaboration of many individuals—from men and women of the Latino community to dedicated health care providers in counties across North Carolina, and professionals and organizations that serve Latinos statewide.

We would like to give a special thanks to Lori Rolleri, who helped create and write the original script. We would also like to thank the persons who allowed us to take their pictures and who so willingly shared their smiles and enthusiasm.

A special thanks goes to our reviewers and supporters. Your commitment and suggestions have been invaluable.

Dedication

We dedicate this photonovel series to the memory of Nanette V. Mengel, a distinguished woman, teacher, a lover of language and nature and a humble servant of those most vulnerable in our society.

© Copyright 1997 Susan J. Auger and Mélida Colindres
No part of this publication may be reproduced in any manner without the express, written consent and permission of the copyright holders.

Photographs and layout by Philip S. Menzies
Printed in the United States of America

For More Information and to Order these Fotonovelas

Contact **Auger Communications**
"Bridging Cultural & Language Barriers"™
(919) 489-7277
Email: sauger@mindspring.com



¿Planeas tener un bebé? o ¿Planeas esperar?
Planning a Baby? or Planning to Wait?



¿Estás embarazada?
Pregnant?

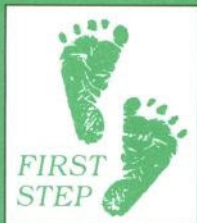


¿Teniendo un bebé?
Having a baby?



Para más información acerca de servicios o para aprender maneras de cómo mantener saludable y feliz a tu familia, llama a la clínica de salud local o a tu doctor.

For more information about services and to learn ways to keep your family healthy and happy, call your health clinic or your doctor.



En Carolina del Norte, llame al 1-800-367-2229. Se habla español e inglés. La llamada es gratis de cualquier teléfono.

In North Carolina, call 1-800-367-2229 (1-800-FOR BABY). Spanish and English spoken. A free call from any telephone.

Esta fotonovela es cortesía de . . .

This fotonovela is courtesy of . . .