



Es
maravilloso
esperar

**Esperar que su hijo más
pequeño cumpla dos
años antes de tener otro
bebé es más saludable
para la madre, el bebé y
toda la familia.**

2 años
antes de tener
otro bebé.



Es maravilloso esperar 2 años

Esperar **2 años** entre cada bebé se conoce como “espaciamiento seguro” debido a que más espacio entre cada bebé significa que usted y su próximo bebé tienen menor probabilidad de presentar problemas de salud.

Es maravilloso esperar **2 años** para la madre

- La madre tiene tiempo para sanar y reemplazar los nutrientes que perdió durante el embarazo.
- La madre tendrá más tiempo y energía para dedicarlo a su familia.

Es maravilloso esperar **2 años** para el bebé

- Es más probable que el bebé nazca con un tamaño y peso saludable.
- Es más probable que el bebé nazca a término.
- Es más probable que el bebé sea más sano y abandone el hospital con la madre.

Adaptado de “Just Us for 2 Years” (Solo nosotros por 2 años) de Contra Costa Health Services

Es maravilloso esperar **2 años** para toda la familia

- Tienen más tiempo para dedicarlo a los otros niños.
- Tienen más tiempo para ahorrar dinero y prepararse para otro hijo.

Los servicios de planificación familiar pueden ayudarla a escoger el momento adecuado para tener otro bebé y tener hijos con un espaciamiento seguro. Para obtener más información sobre la planificación familiar y el espaciamiento seguro, hable con un profesional de atención de salud o visite www.celebrateone.info today.



Partos con Mejores Resultados de Ohio (OBBO, Ohio Better Birth Outcomes) es socio de CelebrateOne, una iniciativa para toda la comunidad para reducir la mortalidad infantil y permitir que más bebés celebren sus primeros cumpleaños. Para obtener más información y recursos, visite www.celebrateone.info y www.ohiobetterbirthoutcomes.org.