



Ayudamos a mamás como usted con información y apoyo sobre amamantar

Ahora ofrecemos un nuevo servicio de valor agregado para las miembros de Aetna Better Health of Texas. Nest Collaborative está aquí para ayudarla a prepararse para amamantar. También pueden ayudarla con cualquier inquietud que tenga sobre la lactancia.

Sus consultas virtuales son:

- Fáciles de acceder y se realizan por teléfono o por computadora.
- Están disponibles en cualquier momento y en cualquier lugar.
- Las visitas están disponibles en inglés y en español.
- Y no tienen costo para usted.

Pueden ayudar con preguntas sobre amamantar como:

- ¿Cómo utilizo una bomba extractora de leche?
- ¿Qué pasará en el hospital y cuando amamante en casa?
- ¿Tengo suficiente leche?
- ¿Por qué me está doliendo?

Cualquier pregunta es una buena pregunta.

nest
COLLABORATIVE

AetnaBetterHealth.com/Texas

856022-TX-ENSP

♥ aetna®

Aetna Better Health® of Texas

Amamantar tiene muchos beneficios tanto para usted como para su bebé:



Reduce su riesgo de padecer cáncer de seno, diabetes y enfermedades cardíacas.



Es saludable para su bebe.



Reduce el riesgo de obesidad y leucemia infantil de su bebé.



La ayuda a perder el peso que ganó durante el embarazo.

Dos maneras de llegar a Nest Collaborative:

1 ¿Necesita ayuda ahora mismo?

Si necesita ayuda ahora y quiere hablar, llámenos al **1-855-274-6222**. Nuestro horario de atención es de 9 a.m. a 4 p.m. CT.

** Deberá proporcionar su nombre y su número de identificación de Medicaid.*

2 Programe un horario que a usted le resulte conveniente

Vaya a la página web **book.nestcollaborative.com/abh** para solicitar un horario.

** Deberá proporcionar su nombre y su número de identificación de Medicaid.*

Si se necesita prestar servicios en otros idiomas, le asignaremos un asesor de lactancia que hable su idioma o buscaremos servicios de traducción.

¿Alguna pregunta?

Llame a Servicios al Miembro al número de teléfono que se encuentra en su tarjeta de identificación y la ayudaremos.

AetnaBetterHealth.com/Texas

©2021 Aetna Inc.
856022-TX-ENSP



Aetna Better Health® of Texas