



# **Dispositivos de atención prenatal:** Plan de Michigan para una Atención Médica Apropiada y Personalizada durante un Embarazo (MiPATH)

## **Prenatal Care Devices:**

The Michigan Plan for Appropriate and Tailored Healthcare in Pregnancy  
(MiPATH) (Spanish)

---

### **¿Cómo puedo conseguir dispositivos médicos para su uso durante mi embarazo?**

#### **How do I obtain medical devices to use during my pregnancy?**

Nosotros podemos ayudarla a conseguir dispositivos médicos para sus visitas virtuales para asegurarnos de que usted y su facultativo tengan la misma información, independientemente de dónde usted reciba su atención. ¡Estamos aquí para ayudarla en todos los pasos del camino!

We will help you get home devices for your virtual visits to make sure you and your clinician have the same information, no matter where you get your care.

We are here to help you every step of the way!

Si usted tiene visitas virtuales deberá tener en casa un manguito para la presión. Usted también puede decidir comprar un Doppler fetal y gel para ultrasonidos para medir en casa el latido del corazón de su bebé. Usted y su facultativo pueden también decidir medir el peso en casa.

If you have virtual visits you will need a blood pressure cuff at home. You may also choose to purchase a fetal doppler and ultrasound gel to measure your baby's heart rate at home. You and your clinician may choose to measure weight at home too.

Consulte su plan de seguro médico para saber si cubre el dispositivo. En la tabla siguiente encontrará usted información básica sobre cómo podría conseguir sus dispositivos. Si tiene preguntas, puede usted contactar al representante de atención al cliente en su tarjeta del seguro. Planifique tener el manguito para la presión arterial durante su primera visita virtual.

Check your insurance plan for device coverage. We have provided some basic information in the table below on how you might get your devices. If you have any questions, you can contact the customer service representative on your

insurance card. Plan to have your blood pressure cuff by your first scheduled virtual visit.

**Cobertura del seguro para dispositivos: Insurance coverage for devices:**

| Cobertura del dispositivo   | Planes de ejemplo   | Qué hacer  |
|---|---|--|
| Planes que cubren el dispositivo  | United Healthcare Community Plan ( <i>Plan Comunitario de United Healthcare</i> ), Meridian | El manguito para la presión arterial está cubierto por su seguro. Su facultativo le dará una prescripción, y usted puede contactar a su seguro médico para averiguar cómo conseguir el dispositivo.<br>Hágale saber, por favor, a su facultativo, si usted dispone de United Healthcare Community Plan ( <i>El plan comunitario de United Healthcare</i> ) o Meridian. |
| No está seguro si su plan cubre el dispositivo  | Individual  | <b>Es posible</b> que su seguro médico pague por el manguito de la presión arterial. Su facultativo le dará una prescripción, y usted puede contactar a su seguro médico para averiguar cómo conseguir el dispositivo. Si no lo cubre, vea a continuación que opciones tiene en “el seguro no lo cubre”.   |
| Cuenta de Ahorros de Salud o Cuenta Flexible para Gastos (HSA/FSA, <i>por sus siglas en inglés</i> ). | Individual  | Usted puede comprar dispositivos usando el dinero de su cuenta HSA/FSA.  |
| No hay cobertura médica para el dispositivo   | Individual  | Usted puede comprarse su propio dispositivo de los recomendados en la lista que encontrará más abajo.  |

| Cobertura del dispositivo   | Planes de ejemplo | Qué hacer  |
|---|-------------------|--|
| No hay cobertura médica, comprar el dispositivo es una carga económica. | Individual        | ¡Estamos aquí para ayudar! Contacte a su facultativo y le referirán al Programa de Asistencia a Pacientes y Familiares ( <i>Guest Assistance Program</i> ) para que le conecten con recursos para dispositivos y otras necesidades durante el embarazo. Usted completará una entrevista inicial de 30 minutos. |

| Device coverage   | Example plans                              | What to do  |
|---|--|---|
| Plan covers device  | United Healthcare Community Plan, Meridian | Your blood pressure cuff is paid for by your insurance. Your clinician will give you a prescription, and you can contact your insurance company for how to get the device. Please let your clinician know if you have United Healthcare Community Plan or Meridian. |
| Unsure if plan covers device                                  | Individual                                 | Your blood pressure cuff <b>may</b> be paid for by your insurance. Your clinician will give you a prescription, and you can contact your insurance company for how to get the device. If it is not covered, see options below under “no insurance coverage”.        |
| Health Savings Account or Flexible Spending Account (HSA/FSA) | Individual                                 | You may be able to buy devices using the money in your HSA/FSA account.   |

| Device coverage   | Example plans | What to do   |
|---|---------------|--|
| No insurance coverage for device                                | Individual    | You can buy devices on your own using the recommended devices list below.  |
| No insurance coverage, buying the device is a financial burden. | Individual    | We are here to help! Contact your clinician and they will place a referral for the Guest Assistance Program to connect you with resources for devices and other pregnancy needs. You will complete a 30 minute intake interview. |

**Dispositivos recomendados: Recommended devices:**

| Tipo de dispositivo<br>Device type                                     | Marca Brand  |
|--|--|
| <b>Manguito para la presión arterial</b><br><b>Blood pressure cuff</b> | <p><b>Cualquier manguito Omron es una buena opción</b> Puede encontrar estos dispositivos en tiendas en línea como Target, Walmart, Amazon o en el sitio web de la compañía del dispositivo. <b>Any Omron cuff is a good option.</b> These devices can be found at online retailers such as Target, Walmart, Amazon, or the device company’s website.</p> <p>Preferidos: Preferred:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omron 3 Series® (Modelo BP 7100)</li> <li>• Omron 7 Series® Wireless Upper Arm Blood Pressure Monitor (Model BP7350) [<i>Monitor inalámbrico para la presión arterial en el brazo Omron 7 Series® (Modelo BP7350)</i>]</li> <li>• Omron Platinum® (Modelo BP5450)</li> <li>• Omron Silver® (Modelo BP 5250)</li> </ul> <p><b>Opciones adicionales incluyen:</b></p> |

|  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• A&amp;D Medical Upper Arm Blood Pressure Monitor with Medium Cuff (Model UA-611) [<i>Monitor A&amp;M Medical para la presión arterial en el brazo con manguito mediano (Modelo UA-611)</i>]</li> <li>• Withings BPM Connect Wi-Fi Smart Blood Pressure Monitor (iPhone and iPad Compatible) [<i>Monitor inteligente inalámbrico para la presión arterial Withings BPM Connect (compatible con iPhone e Ipad)</i>]</li> <li>•</li> </ul>  |
| <b>Doppler Fetal</b><br><b>Fetal Doppler</b>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonoline B Heartbeat Monitor - <i>Monitor del latido del corazón Sonoline B</i></li> <li>• Facelake JPD-100B/FL-100B Fetal Doppler - <i>Doppler fetal Facelake JPD-100B/FL-100B</i></li> </ul>   |
| <b>Aplicaciones para el Doppler fetal</b><br><b>Fetal Doppler Apps</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fetal Beats (Apple) [<i>Latidos Fetales (Apple)</i>]</li> <li>• Hear My Baby Heartbeat (Apple) [<i>Escuchar el latido del corazón de mi bebé (Apple)</i>]</li> <li>• My Baby Heart Rate Record.er - (Apple) [<i>Record.er el pulso de mi bebe (Apple)</i>]</li> <li>• Tiny Beats (Apple) [<i>Pequeños latidos (Apple)</i>]</li> <li>• Babyscope (Apple) [<i>Estetoscopio para bebés (Apple)</i>]</li> <li>• Fetal Doppler Unborn Heart (Apple/Android) [<i>Doppler Fetal para el corazón del feto (Apple/Android)</i>]</li> <li>• Baby Heartbeat Listener (Android) [<i>Auscultador del latido del corazón del bebé (Android)</i>]</li> <li>• Baby Heartbeat Monitor (Android) [<i>Monitor del latido del corazón del bebé (Android)</i>]</li> <li>• Baby Heartbeats Lite (Android) [<i>Latidos ligeros del corazón del bebé (Android)</i>]</li> </ul> |
| <b>Báscula Scale</b>   | Cualquier báscula que tenga en casa es aceptable: solamente le recomendamos que use la misma báscula durante todo el embarazo.  |

## ¿Qué debería de hacer una vez tenga todos los dispositivos?

What should I do once I have my devices?

Una vez usted tenga los dispositivos, tráigalos, por favor, consigo a su próxima visita en persona. Su equipo médico se asegurará de que usted sabe cómo usarlos y le contestará cualquier pregunta que pueda usted tener. Antes de su cita, saque su dispositivo de la caja y asegúrese de que tiene batería y funciona bien. Antes de su cita, revise, por favor, la sección de “Usando dispositivos en casa”.

Once you have your devices, please bring them with you to your next in-person appointment. Your care team will make sure you know how to use them, and will answer any questions. Before your appointment, take the device out of the box and make sure it has power and is working well. Please look over the “Using home devices” section below before your appointment.

## ¿Cómo debo usar mis dispositivos? How do I use my devices?

### **Manguito para la presión arterial: Blood pressure cuff:**

**Durante** sus visitas prenatales usted se tomará la presión arterial y le mencionará los resultados a su facultativo. Su presión arterial ayuda a su facultativo a saber que su embarazo progresa normalmente y sin problemas. Es importante medir la presión arterial correctamente. Para ello:

1. Relájese 5 minutos antes de tomarse la presión.
2. Siéntese en una posición relajada (lo mejor es sentarse en una silla).
3. Mantenga las piernas separadas.
4. Sáquese cualquier ropa gruesa que lleve en el brazo.
5. Ponga su brazo en una superficie plana, manteniéndolo al nivel de su corazón.
  - Si el número superior (**presión sistólica**) es mayor que 140, o el número inferior (**presión diastólica**) es mayor que 90, repose tranquilamente durante 15 minutos y tómese de nuevo la presión arterial.
  - Si el número sigue elevado y usted no tiene planeada una visita prenatal, usted debería llamar inmediatamente a la clínica de su facultativo.

Para ver un video de ayuda sobre cómo usar el manguito para la presión arterial, visite:

<https://www.youtube.com/watch?v=uRl5n6keWnl>

You will check your blood pressure **during** your virtual prenatal appointments and share the results with your clinician. Your blood pressure helps your

clinician check that your pregnancy is progressing normally and without issues. It is important to get a correct blood pressure. To do so:

Relax for 5 minutes before taking your blood pressure.

Sit in a relaxed position (sitting in a chair is best).

Keep your legs uncrossed.

Remove any thick clothing from your arm.

Rest your arm on a flat surface, keeping it level with your heart.

- If the top number (**systolic**) is greater than 140, or the bottom number (**diastolic**) is greater than 90, rest quietly for 15 minutes, and retake the blood pressure.
- If the number is still elevated and you do not have a prenatal visit planned, you should call your clinician's office right away.

For a helpful video about using your blood pressure cuff, visit:

<https://www.youtube.com/watch?v=uRl5n6keWnI>

### **Doppler fetal: Fetal doppler:**

**Durante** sus visitas prenatales usted puede revisar el latido del corazón de su bebé con un Doppler fetal. Antes de las 16 semanas puede ser difícil encontrar el latido del corazón de su bebé, por lo cual no recomendamos intentar encontrarlo al principio del embarazo. Si usted y su facultativo han decidido revisar el latido del corazón del bebé con un Doppler durante sus visitas virtuales, siga los siguientes pasos:

1. Acuéstese boca arriba y desvístase para descubrir su barriga.
2. Prenda el dispositivo. Luego ponga el gel para ultrasonidos encima de la sonda Doppler.
3. Ponga la sonda en el área que se encuentra entre su ombligo y el hueso púbico.
4. Apriete firmemente y mueva la sonda lentamente por el área para encontrar el latido del corazón. Si usted no puede encontrar el latido del corazón, pruebe cambiando el ángulo de la sonda. Como su bebé cambiará de posición y de localización, esto puede tomar varios minutos.
  - A las 16 semanas, el latido del corazón del bebé debería estar entre 110 y 160.

si usted no puede encontrar el latido del corazón del bebé asegúrese de que la sonda tiene gel y pruebe cambiando el ángulo de la sonda. Luego asegúrese de que el Doppler tiene pilas y el

volumen está al máximo. Si usted todavía no puede encontrar el latido del corazón llame a la clínica de su facultativo para pedir ayuda.

You may check your baby's heartbeat with a fetal doppler **during** your virtual prenatal appointments. It can be hard to find the baby's heartbeat before 16 weeks, so we do not recommend trying to find it early in pregnancy. If you and your clinician have decided to check the baby's heartbeat with a doppler for your virtual visits, use the steps below:

Lie down on your back and remove your clothing to expose your stomach. Turn on the device. Then put ultrasound gel on the top of the Doppler wand. Place the probe on the area halfway between your belly button and your pubic bone.

Use firm pressure and move the probe around slowly to find the heartbeat. Try changing the angle of the probe if you can't find the heartbeat. Since your baby will move around and change positions, it may take several minutes.

- The baby's heartbeat should be between 110 and 160 by 16 weeks.

If you cannot find the baby's heartbeat make sure you have gel on the wand and try changing the angle of the probe. Then make sure the doppler has batteries and the volume is turned up. If you still cannot find the heartbeat, call your clinician's office for help.

### **Revisando su peso: Checking your weight:**

Anotar su peso durante su embarazo puede ayudar a su facultativo a saber si usted y su bebé están recibiendo la nutrición necesaria. Si usted y su facultativo han decidido revisar su peso durante sus visitas virtuales, siga los siguientes pasos:

1. Ponga su báscula en una superficie sólida y plana
  2. Sáquese los zapatos. No importan ni el tipo de ropa que usted vista ni la hora del día.
  3. Asegúrese de que su báscula muestra el 0 antes de subirse en ella para pesarse.
- si usted nota un cambio súbito de su peso (superior a 5 libras en 1-2 días) y no tiene usted planeada una cita prenatal, llame, por favor, a la clínica de su facultativo.

Recording your weight during your pregnancy can tell your clinician if you and your baby are getting the nutrition you need. If you and your clinician have decided to record weight with your virtual visits use the tips below:

Put your scale on a solid and flat surface.

Remove your shoes. The type of clothing you wear and time of day do not matter.

Make sure your scale shows a 0 before stepping on it to weigh yourself.

- If you notice a sudden change in your weight (greater than 5 pounds over 1-2 days) and you do not have a prenatal appointment planned, please call your clinician's office.

Descargo de responsabilidad: El presente documento contiene información y/o material instructivo creado por Michigan Medicine para el paciente típico con su condición/afección médica. Puede incluir enlaces para acceder a contenidos en línea que no han sido creados por Michigan Medicine y por los cuales Michigan Medicine no asume ninguna responsabilidad. Este documento no sustituye las recomendaciones médicas de su doctor/profesional de salud porque su experiencia puede diferir de la del paciente típico. Hable con su médico/profesional de salud si tiene alguna pregunta acerca de este documento, su condición, o su plan de tratamiento.

Editado por: Karelyn Munro, BA

Traducción: Servicios de Intérpretes de Michigan Medicine

La Información Educativa para Pacientes de [Michigan Medicine](#) está autorizada bajo la licencia [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Última revisión 08/2021

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Edited by: Karelyn Munro, BA

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 08/2021