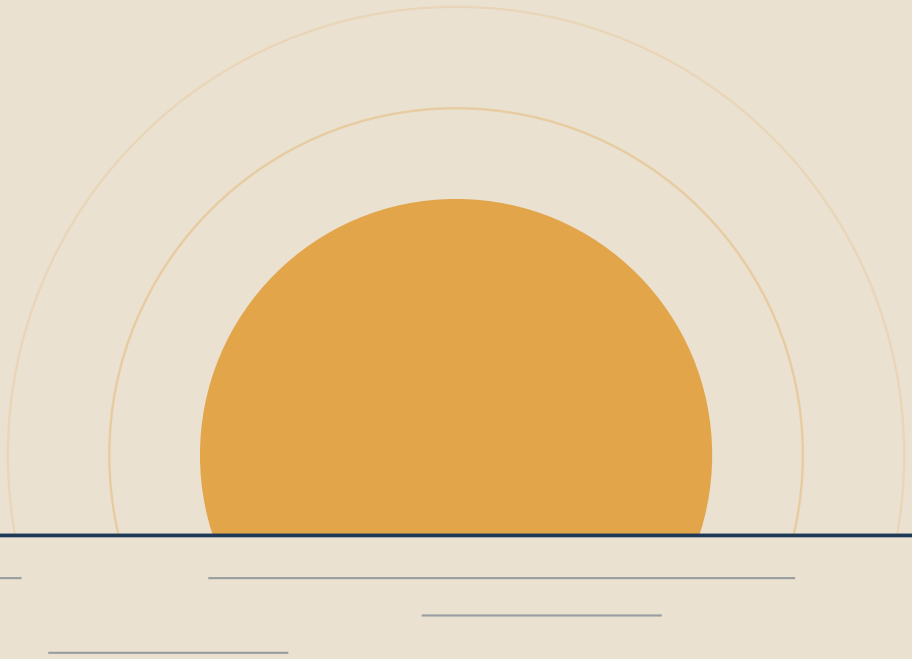
Mamavela

Embarazo en México: guía completa

Seguimiento del embarazo, costes, permisos, ayudas y trámites del bebé en México, paso a paso, con fuentes oficiales.



Muestra gratuita

Uso personal del comprador y su familia; prohibido compartir o revender. Este libro informa y no sustituye el consejo médico.
Preguntas: administration@lacangel.fr

Índice

Antes de empezar 3
Cómo usar esta guía 3
Contenido 5

Antes de empezar

Usted está embarazada en México y, junto con la emoción, llegan las preguntas prácticas: dónde la van a atender, cuántas consultas le tocan, cuándo empieza su incapacidad, cuánto le va a pagar el IMSS, qué pasa si todavía no junta sus semanas cotizadas, cómo se registra al bebé y cuándo se tramita su CURP. Cada institución tiene su página, su lenguaje y sus propias reglas, y es muy fácil terminar con veinte pestañas abiertas a las dos de la mañana.

Esta guía junta todo en un solo lugar y en el orden en que lo va a vivir: el control prenatal, las señales de alarma, el lugar del parto, sus derechos en el trabajo, la incapacidad por maternidad, la lactancia, la licencia de paternidad, el registro del nacimiento, la CURP y los primeros cuidados de salud de su bebé. Al final tiene un calendario mes a mes para palomear, páginas para anotar sus datos y un glosario de las siglas que va a escuchar.

Está escrita con dos reglas.

Cada dato viene de una fuente oficial, citada en el texto y en la bibliografía: la Ley Federal del Trabajo (LFT), la Ley del Seguro Social (LSS), la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado (LFTSE), la Ley del ISSSTE, la Ley General de Salud (LGS), la Ley General de Población, la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, la Constitución y la Norma Oficial Mexicana NOM-007-SSA2-2016 sobre la atención del embarazo, parto, puerperio y de la persona recién nacida. Las leyes se leyeron en sus versiones vigentes a octubre de 2026 (textos publicados por la Cámara de Diputados, con su última reforma indicada en la bibliografía).

Lo que no se pudo comprobar en una fuente oficial no está escrito. En su lugar encontrará dónde preguntarlo. Por eso no verá aquí costos de hospitales privados ni montos de programas que cambian cada año: preferimos decirle «pregúntelo en su Unidad de Medicina Familiar» que copiar una cifra de un foro.

> **Esta guía informa; no sustituye a su médica o médico, a su enfermera obstetra ni a una asesoría legal.**
>
> Para cualquier duda de salud, la persona que lleva su control prenatal conoce su caso. Para un problema con su patrón o con una institución, la Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo la asesora gratis. En una emergencia, marque **911**.

Cómo usar esta guía

No tiene que leerla de corrido. Si acaba de enterarse de su embarazo, empiece por los capítulos 1 a 3. Si ya está preparando su incapacidad, vaya directo a los capítulos 5 a 7. Si su bebé ya nació, los capítulos 10 y 11 son para usted. El capítulo 14 junta todos los trámites en un **calendario mes a mes** y el capítulo 15 le deja espacio para anotar contactos, fechas y números de folio: es la parte que muchas mamás imprimen y pegan en el refri.

Un detalle de vocabulario: en esta guía hablamos de «la persona que atiende su embarazo» porque puede ser una médica o un médico familiar, una ginecobstetra, una enfermera obstetra, una partera profesional o una partera tradicional autorizada. La NOM-007 reconoce a todas estas personas dentro de la atención del embarazo.

Contenido

1. El sistema de salud en México en diez minutos: IMSS, ISSSTE, IMSS-Bienestar y privado
2. El control prenatal según la NOM-007: consultas, estudios y ultrasonidos
3. Señales de alarma y urgencia obstétrica
4. Dónde atender su parto
5. Trabajar embarazada: sus derechos según la Ley Federal del Trabajo
6. La incapacidad por maternidad del IMSS
7. Si trabaja para el gobierno: ISSSTE y LFTSE
8. Lactancia: sus derechos y su plan
9. Licencia de paternidad y el papel de su pareja
10. Después del parto: certificado de nacimiento, registro, acta y CURP
11. La salud de su bebé: afiliación, tamiz neonatal, consultas y vacunas
12. Situaciones particulares
13. Quién le ayuda y cuándo llamar
14. Calendario de trámites mes a mes
15. Sus páginas para llenar
16. Glosario
17. Bibliografía

Fin de la muestra

Gracias por leer hasta aquí. Esperamos que estas primeras páginas ya te sean útiles y que te muestren cómo está hecho el resto del libro: pasos claros, páginas para rellenar y fuentes que puedes comprobar.

El libro completo tiene 51 páginas.

Encuéntralo aquí: https://mamavela.com/es/shop/embarazo-en-mexico/

Pago único, PDF al instante.