

# **Recursos para elegir ser padres**

## *Cuidado prenatal, vitaminas y servicios*

La Oficina de salud materna, infantil y familiar (del Departamento de Salud y Recursos Humanos de Virginia Occidental) es un recurso estatal para la atención prenatal en Virginia Occidental, con agencias en su departamento de salud local que ofrecen una variedad de servicios y programas. Puede comunicarse llamando al 304-558-5388 o ingresando a <http://www.wvdhhr.org/mcfh/>

Puede visitar una oficina de planificación familiar y hacerse una prueba de embarazo en el sitio. Si da positivo, puede solicitar vitaminas. Si el sitio de planificación familiar las tiene en existencia y si las políticas de su sitio lo permiten, generalmente puede obtener un suministro de vitaminas para un mes.

## *Parteros/doulas*

Midwives Alliance of West Virginia es una organización sin fines de lucro dedicada a apoyar a los parteros de todo tipo en todo el estado, brindando información sobre los parteros y ayudando a las personas a encontrar parteros para su embarazo/parto. Puede encontrar más información o ponerse en contacto en <https://www.midwivesallianceofwv.com/>.

También podría considerar contar con el apoyo de una doula antes, durante y después del nacimiento de su hijo. Para obtener una excelente fuente de información sobre este tipo de servicios y ver cómo podrían ser ideales para usted, consulte <https://evidencebasedbirth.com/the-evidence-for-doulas/>.

## *Servicios de asesoramiento para padres biológicos*

Si enfrenta dificultades durante el embarazo o si quedó embarazada de manera inesperada y desea recibir servicios de asesoramiento que puedan brindarle apoyo en estas circunstancias, puede llamar a Burlington United Methodist Family Services al 304-788-2342 (Keyser) o al 304-720-1904 (Charleston).

## *Familias de bajos recursos*

Las familias que viven con ingresos bajos o nulos pueden recibir tratamiento médico y apoyo de varias clínicas que pueden ofrecerles servicios gratuitos. Puede encontrar clínicas gratuitas cercanas buscando en [https://www.freeclinics.com/sta/west\\_virginia](https://www.freeclinics.com/sta/west_virginia)

## *Rehabilitación de drogas*

Seneca Crosswinds Center ofrece tratamiento para el consumo de drogas, desintoxicación y apoyo a la salud mental, con clínicas en los condados de Nicholas, Webster, Pocahontas y Greenbrier. Para obtener más información o participar en sus programas, puede ingresar a <https://shsinc.org/> o comunicarse llamando al: 304-497-0500 (Greenbrier), 304-872-2659 (Nicholas), 304-799-6865 (Pocahontas) o 304-847-5425 (Webster).

## *Bancos de pañales*

Los bancos de pañales distribuyen pañales de forma gratuita a las familias necesitadas. Los bancos aquí en Virginia Occidental son:

Lewis County WV Diaper Bank ----- 304-269-4000 ----- <https://www.facebook.com/WVdiapers/>

Diaper Drop Charities ---- 304-343-7100 ----- <https://www.facebook.com/DiaperDropCharities>

Ripley Nazarene Mission Family Resource ----- 304-372-5348 ----- [mail@ripleynazarene.org](mailto:mail@ripleynazarene.org)

Para encontrar bancos en estados limítrofes, consulte <https://nationaldiaperbanknetwork.org/member-directory/>.

*Para obtener recursos adicionales, asesoramiento y apoyo,  
llame a All-Options Talkline al 888-493-0092, o ingrese a [www.all-options.org](http://www.all-options.org).*