

Delfina te puede ayudar a monitorear tu salud, informarte sobre el embarazo y estar en contacto con tu equipo de atención en South Country Health Alliance.

Delfina es un programa virtual que te ofrece apoyo personalizado en los momentos importantes entre tus citas.

- Monitorea tu embarazo y salud
- Recibe ayuda de tu Doula de Delfina
- Toma clases virtuales como yoga, alimentación del bebé, cuidados de tu bebé
- Habla con alguien sobre cómo te sientes y recibe ayuda para que elijas alimentos más saludables
- Gana Pod Points para canjear por tarjetas de regalo, pañales y más

Sigue estos sencillos pasos para que comiences con Delfina y gana tus primeras recompensas.



DELFINA

Atención inteligente del embarazo para todas.



Escanea aquí para descargar la aplicación de Delfina. **Es gratis** y fácil de usar desde el principio.

i ¿Necesitas ayuda?

Contáctanos por support@delfina.com o texto 832-952-1551.



Bienvenida a Delfina Care en South Country Health Alliance

PASO 1

Descarga la aplicación de Delfina en tu teléfono. **Es gratis.**



Escanéame

PASO 2

Inicia sesión y configura tu perfil.

PASO 3

Confirma tu dirección a través de la página de inicio para que recibas tu balanza gratis.

PASO 4

Introduce tu peso y estado de ánimo.

PASO 5

Programa la primera cita con tu Doula de Delfina. **¡Es gratis!**

PASO 7

Inscríbete en tu primera clase

Ofrecemos:

- nutrición
- cuidados del bebé
- lactancia materna
- yoga prenatal and posnatal
- y más

No olvides que las enfermeras en salud pública de South Country son parte de tus beneficios. Ellas te pueden ayudar a encontrar recursos y apoyo en la comunidad.

También pueden ver cómo te va con Delfina para verificar cómo están tu embarazo y tú.