



Cómo escoger el mensaje correcto para su audiencia



No todos somos iguales. Esto significa que los mismos mensajes educativos no funcionan de igual forma para todos – ultimadamente, ¡no todos usamos ropa de la misma talla! Considere los siguientes diferentes mensajes educativos para motivar a sus pacientes a tomar una multivitamina con ácido fólico diariamente.

Las adolescentes - La mayoría de las adolescentes no están pensando en tener un bebé, ni mucho menos en quedar embarazadas y en las consecuencias de tener relaciones sexuales sin protección. Use el folleto “Mujer Prevenida Vale por Dos” para dárselos a las jóvenes que vengan a visitas dentales, de planificación familiar, para las pruebas de infecciones de transmisión sexual (ETS) y tuberculosis, y a vacunarse. Para iniciar la conversación con ellas, hable sobre las multivitaminas y la salud, no hable sobre los bebés y los defectos de nacimiento.

"Las multivitaminas ayudan a complementar la nutrición. Debido a que es difícil obtener todas las vitaminas que tu cuerpo necesita a través de los alimentos, las multivitaminas pueden ayudarte a tener una dieta balanceada. Ahora es un buen momento para iniciar el hábito de tomar un multivitamina todos los días".

Mujeres jóvenes que NO están pensando en el embarazo y tener un bebé - Muchas mujeres jóvenes alrededor de los 20 años no están pensando en tener un bebé, ni mucho menos en quedar embarazadas y en las consecuencias de tener relaciones sexuales sin protección. Use el folleto “Mujer Prevenida Vale por Dos” para dárselos a las jóvenes que vengan a visitas dentales, de planificación familiar, para las pruebas de infecciones de transmisión sexual (ETS) y tuberculosis, y a vacunarse. Para iniciar la conversación con ellas, hable sobre las multivitaminas y la salud, no hable sobre los bebés y los defectos de nacimiento.

"Las multivitaminas ayudan a complementar la nutrición. Debido a que es difícil obtener todas las vitaminas que tu cuerpo necesita a través de los alimentos, las multivitaminas pueden ayudarte a tener una dieta balanceada. Ahora es un buen momento para iniciar el hábito de tomar un multivitamina todos los días, antes de que empieces a pensar en tener un bebé o embarazarte. Si tú ya mantienes una vida sexualmente activa, entonces tienes que pensar sobre las maneras de prevenir el embarazo. Y si por accidente, quedas embarazada, entonces ya estarás tomando una multivitamina con ácido fólico".

Las mujeres jóvenes que están pensando en el embarazo y tener un bebé - Las mujeres que expresan su interés en quedar embarazadas o tener más hijos están abiertas a las conversaciones sobre cómo tener un embarazo saludable y un bebé sano. Utilice el folleto “Mujer Prevenida Vale por Dos” Usted puede darle a estas mujeres mensajes muy directos sobre el embarazo, el ácido fólico y los defectos de nacimiento.

"Si toma todos los días una multivitamina con 400 microgramos de ácido fólico puede prevenir hasta el 70% de ciertos tipos de defectos congénitos del cerebro y de la columna vertebral del bebé. Trate de hacerse el hábito de tomar una multivitamina diariamente al menos tres meses antes de que decida embarazarse. De esta manera usted se hará el hábito y no tendrá que preocuparse por empezar algo nuevo cuando todo lo demás en su mundo está cambiando durante el embarazo. ¿Sabía usted que la Asociación Americana del Corazón recomienda también tomar ácido fólico para prevenir ciertos tipos de defectos del corazón?"

Mujeres postparto que han tenido un parto con éxito - La última cosa en que las mujeres después del parto piensan es en ellas mismas o en su salud, pero es esencial para estas mujeres que siga tomando diariamente multivitaminas después del embarazo y de dar a luz. Con estas mujeres, utilice el folleto "Felicidades, Información para la Mamá Nueva" para iniciar la conversación con ellas. Hable con ellas acerca de lo importante que es para la mamá cuidar de sí misma para que así puedan cuidar a su bebé.

"El ácido fólico es muy importante después del nacimiento del bebé. Ayuda con la reparación y el crecimiento de las células. Usted necesita ácido fólico, especialmente si está amamantando. Tome sus vitaminas prenatales hasta que se acaben, y luego puede cambiar y tomar multivitaminas con ácido fólico regulares. Usted ya tiene el hábito de tomar diariamente una multivitamina, así que ¡manténgalo! Póngale el buen ejemplo a su familia de tomar una multivitamina diariamente con ácido fólico para tener una dieta saludable. Recuerde que para cuidar a su familia, ¡tiene que cuidarse a usted misma primero! "