



INFÓRMANOS SI ESTÁS EMBARAZADA O HAS ESTADO EMBARAZADA EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES

Señales de Alarma durante el Embarazo y Postparto

**¡NO TE QUEDES CALLADA! Incluso si
solo presentas UNA de estas señales:**

Estos podrían ser signos de complicaciones muy graves durante y/o después del embarazo (hasta 12 meses).

- Dolor de cabeza que no desaparece o empeora con el tiempo
- Mareos o desmayos
- Pensamientos acerca de hacerse daño a sí misma o a su bebé
- Hinchazón extrema de las manos o la cara
- Cambios en su visión
- Sangrado vaginal o pérdida de líquido durante el embarazo
- Dolor abdominal severo que no desaparece
- Dolor en el pecho o latidos rápidos del corazón
- Sentirse triste, deprimida o desesperada
- Movimientos del bebé que se detienen o disminuyen durante el embarazo
- Dificultad para respirar
- Fiebre de 100.4°F o más - 96.8°F o menos
- Náuseas y vómitos severos (no como las náuseas matutinas)
- Cansancio extremo
- Sangrado vaginal abundante o pérdida de líquido vaginal después del embarazo (Empapar una toalla sanitaria en 1 hora o menos; coágulos del tamaño de un huevo o más grandes)
- Hinchazón, enrojecimiento o dolor en una pierna
- Incisión que no está cicatrizando

**Linea Directa de Asistencia Nacional de Salud Mental Materna - 24/7:
1-833-852-6262 (Llama o Manda un Mensaje de Texto)**

Esta lista es una combinación de señales de alarma materna desarrollada por el Consejo de Seguridad del Paciente en el Cuidado de la Salud de la Mujer y la información de:

Salud Mental Materna. Datos al 28 de agosto de 2024:

<https://mchb.hrsa.gov/programs-impact/national-maternal-mental-health-hotline/maternal-mental-health>

Señales de Alarma de problemas de salud posparto. Datos al 28 de agosto de 2024 de:

<https://www.marchofdimes.org/find-support/topics/postpartum/warning-signs-postpartum-health-problems>