

RESTLESS • IRRITABLE • SAD • DEPRESSED
FEEL LIKE CRYING • WORTHLESS • GUILTY
AFRAID OF HURTING BABY • NO ENERGY

¿es esto ansiedad o algo más?



Información para mujeres que están embarazadas o han tenido un bebé recientemente.

¿Qué es la Depresión Posparto?

Tener un bebé puede ser el momento más feliz e importante en la vida de una mujer. Mientras la vida con un bebé puede ser emocionante y placentera, también puede ser difícil y llena de estrés. Muchos cambios físicos y emocionales pueden pasarle a una mujer cuando está embarazada y después del parto. Estos cambios pueden hacer que las madres se sientan tristes, ansiosas, con temor o confusas. Para muchas mujeres, estos síntomas se terminan rápidamente, usualmente en 10 días después del parto, y puede ser parte de una experiencia normal. Pero, cuando esas emociones permanecen o empeoran, la mujer puede desarrollar lo que se llama depresión posparto o **depresión después del parto (PPD)**. Esta condición debe ser tratada de la misma manera que cualquier otra enfermedad, busque ayuda de un doctor o de un proveedor de cuidado de salud mental calificado.

¿Cuáles Son Las Señales de Depresión Posparto?

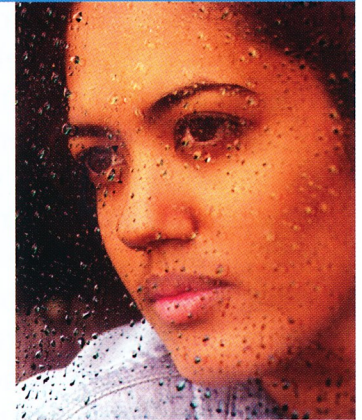
Desde El Nacimiento De Su Bebé, Usted A Veces Se Siente...

- Inquieta, enojada o irritable
- Triste, deprimida o con deseos de llorar mucho
- Sin valor o culpable
- Tiene temor de hacerle daño al bebé o a sí misma
- Muy preocupada por el bebé o el bebé no le preocupa en lo absoluto.

O Usted Tiene A Veces...

- Poca o nada de energía
- Dolores de cabeza, dolor de pecho, el corazón palpita rápidamente, adormecimiento o hormigueo en las manos o pies, o respiración rápida y no profunda
- problemas para dormir bien
- Mal hábito de comer (no come y pierde peso o come demasiado y aumenta peso)
- Problemas para concentrarse, no recuerda, no toma decisiones
- Poco interés en cosas que le gustaban, incluyendo el sexo

Todos tenemos estos sentimientos o problemas de vez en cuando. Cuando ocurren durante el embarazo y duran varios días o semanas pueden ser señales de problemas más serios. Si usted está experimentando cualquiera de estos problemas o tiene preguntas, llame a su proveedor de cuidado de salud. Algunas mujeres pueden tener un tipo raro de depresión (psicosis posparto) y pueden experimentar alucinaciones o pensamientos suicidas o homicidas. Esto es una emergencia y debe ver a un doctor inmediatamente.



Para información y referencias llame gratis al:

1-800-843-6154 (Voz) o 1-800-447-6404 (TTY)

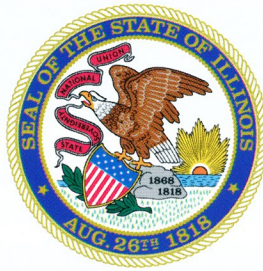
¿Hay ayuda disponible?

La depresión posparto (PPD) o depresión después del parto puede ser tratada con éxito. El tipo de tratamiento dependerá de un buen diagnóstico, del tipo y las causas de la depresión posparto en cada mujer. Esta depresión puede ser tratada con medicamentos, psicoterapia o ambos. Las mujeres con depresión después del parto pueden beneficiarse de grupos de apoyo existentes, donde pueden hablar con otras mujeres que están padeciendo de lo mismo.

Diferentes medicamentos afectan de diferente manera a los bebés que lactan o amamantan. Su doctor puede considerar esto cuando determina si el tratamiento con medicamentos es el mejor para usted y si es así, qué tipo y dosis de medicamentos debería usar.

Recuerde...

Cualquier mujer puede desarrollar depresión durante o después del embarazo. No es nada para avergonzarse. Hable con su doctor o con un profesional de salud mental calificado si tiene alguna pregunta sobre la depresión después del parto o el tratamiento.



Rod R. Blagojevich

Gobernador

en Colaboración con:

Departamento de Servicios para
Familias y Niños de Illinois

Departamento Correccional de Illinois

Departamento de Servicios Humanos de Illinois

Departamento de Ayuda Pública de Illinois

Departamento de Salud Pública de Illinois

y

Conferencia de Mujeres Legisladoras (COWL)

El estado de Illinois es un empleador con igualdad de oportunidades, practica acción afirmativa y tiene programas para acomodar sus necesidades razonablemente.

DHS 4661S Postpartum Depression (N-10-04)

Printed by the Authority of the State of Illinois.

60,000 copies P.O.# PRT3367313S