

¿Tiene preguntas?

Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermeras las 24 horas del día.

Estamos aquí para ayudarlo.



Inglés:

(888) 275-8750

Español:

(866) 648-3537

TTY/TDD:

711

Distribuido por Molina Healthcare.
Todo el material en este folleto es meramente informativo. No reemplaza las recomendaciones de su proveedor.

Para obtener esta información en otros idiomas y formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. El número telefónico se encuentra en el reverso de la tarjeta de identificación del miembro.

[MolinaHealthcare.com](https://www.MolinaHealthcare.com)



Angustia y depresión posparto

Posparto



¿Qué es la **angustia posparto**?

La angustia posparto se presenta cuando se siente triste y angustiada las primeras dos semanas después del parto. Estos sentimientos son normales.

Muchas mamás afrontan cambios después del parto.

- El cuerpo se está tratando de adaptar a no estar embarazada.
- Los niveles de hormonas regresan a lo normal.
- Su patrón de sueño está lejos de ser normal.
- Las exigencias de tiempo y energía han cambiado.

Pida a su proveedor más información sobre la angustia posparto.



¿Qué es la **depresión posparto**?

Si los cambios en el estado de ánimo no comienzan a desaparecer, podría presentar depresión posparto.

Entre los signos de la depresión posparto se incluyen los siguientes:

- Sentir depresión tres o cuatro semanas después del nacimiento del bebé.
- Sentirse muy triste, desesperanzada y ansiosa.
- Sentir fatiga o falta de energía.
- No poder terminar tareas cotidianas.
- Tener dificultades para generar un vínculo con el bebé.
- Tener temor de dañarse o dañar a su bebé.
- No sentirse mejor con el paso del tiempo.

Si observa alguno de estos signos, podría necesitar ayuda especial. Hable con su proveedor. Puede ayudarla a obtener tratamiento.

Algunas mamás necesitan medicamentos para sentirse mejor. Tome los medicamentos tal como su proveedor los recetó.