

# ¿Tu ser querida está embarazada o en el primer año después del parto?

**HEAR**<sup>®</sup>  
ESCÚCHELA  
TEXAS

Conocer los **15 signos de una urgencia materna** puede salvarle la vida.

## ¿Cómo puedes ayudar?

Si una amiga o ser querida está embarazada o en el primer año después del parto y expresa preocupación por los síntomas que está sintiendo, tómate el tiempo de escucharla. Si dice que algo no se siente bien o si presenta alguno de

los signos de una urgencia materna mencionados a continuación, no esperes. Busca atención médica de inmediato. Ella conoce su cuerpo mejor que nadie. Ayúdala a comunicarle a su profesional de la salud lo que siente.

## Signos de una urgencia materna:

- Dolor de cabeza que no desaparece o empeora con el tiempo
- Fiebre de 100.4 °F o más alta
- Mareos o desmayos
- Dolor abdominal severo que no desaparece
- Náuseas y vómitos intensos (no como las náuseas matutinas)
- Sangrado vaginal o pérdida de líquido durante el embarazo
- Sangrado vaginal abundante o pérdida de líquido con mal olor después del embarazo
- Hinchazón extrema en las manos o la cara
- Cambios en la visión
- Hinchazón, enrojecimiento o dolor en la pierna o el brazo
- Dolor en el pecho o palpitaciones rápidas
- Dificultad para respirar
- Cansancio abrumador
- Pensamientos de hacerte daño o de lastimar a tu bebé
- Movimiento del bebé se detiene o disminuye durante el embarazo



# Escucha sus preocupaciones: Durante y después del embarazo



**HEAR**<sup>®</sup>  
ESCÚCHELA  
TEXAS

Si una ser querida te dice que algo no se siente bien, apóyala. Usa estas frases para guiar la conversación con ella.

## Durante el embarazo

- Es difícil saber qué es normal con tantos cambios. Es mejor que te revise tu profesional de la salud para confirmar si hay algo de qué preocuparse.
- Es importante compartir esta información con tu profesional de la salud y asegurarte de que todo esté bien.
- Estoy aquí para ti. Hablemos con tu profesional de la salud para obtener la atención que necesitas.

## Después del embarazo

- Tú conoces tu cuerpo mejor que nadie. Si algo no se siente bien, y te preocupa, hablemos con tu profesional de la salud.
- Aunque tu bebé necesita mucha atención y cuidado, también es importante cuidar de ti misma.
- No estás sola. Estoy contigo y te escucho. Hablemos con tu profesional de la salud para que recibas la atención que necesitas.

