

Esté al pendiente de los signos de una urgencia materna.

Si siente que algo no anda bien, busque ayuda.



Nadie conoce su cuerpo mejor que usted. Hable con su profesional de salud. Podría salvarle la vida.

Durante el embarazo

Si está embarazada, es importante que esté al pendiente de su cuerpo y le cuente a su profesional de salud si siente que algo no está bien. Si presenta algún signo de urgencia materna, busque atención médica de inmediato.

Después del embarazo

Si bien el nuevo bebé necesita mucha atención y cuidados, es importante que siga pendiente de su cuerpo y que se cuide a sí misma. Es normal sentirse cansada y tener algo de dolor, sobre todo en las primeras semanas después de tener un bebé, pero hay algunos síntomas que podrían ser signos de problemas más graves.

Consejos:

- Lleve consigo esta guía conversacional y demás preguntas que le quiera hacer a su profesional de salud.
- No olvide informarles si está embarazada o si lo estuvo hace menos de un año.
- Dígale al profesional de salud qué medicamentos está tomando o ha tomado recientemente.
- Tome notas y haga más preguntas sobre cualquier cosa que no haya entendido.

Conozca más sobre la campaña Escúchela Texas en dshs.texas.gov/EscuchelaTX

✂----- Desprenda esta sección y utilice esta guía para ayudarlo a iniciar la conversación: -----

Signos de una urgencia materna

Si presenta alguno de estos signos, busque atención médica de inmediato.

- Dolor de cabeza que no desaparece o empeora con el tiempo
- Mareos o desmayos
- Pensamientos de hacerse daño o hacerle daño a su bebé
- Cambios en su visión
- Fiebre de 100.4°F (38°C) o más
- Hinchazón extrema de las manos o la cara
- Dificultad para respirar
- Dolor de pecho o palpitaciones del corazón
- Náuseas y vómitos intensos (*distintos a las náuseas matutinas*)
- Dolor de vientre que no se le quita
- El bebé deja de moverse o se mueve menos en el vientre
- Sangrado o expulsión de líquido por la vagina durante el embarazo
- Sangrado abundante o expulsión de líquido con mal olor, por la vagina, después del embarazo
- Hinchazón, enrojecimiento o dolor en la pierna
- Cansancio extremo

Esta lista no contiene todos los síntomas que puede tener. Si siente que algo no está bien, hable con su profesional de salud.

Utilice esta guía para iniciar la conversación:

- Gracias por recibirme. Estoy/hace poco estuve embarazada. La fecha de mi último periodo/mi parto/mi aborto espontáneo fue _____ y hay unas cuestiones de mi salud que me preocupan mucho y que me gustaría hablar con usted.
- He estado teniendo _____ (síntomas) que se sienten como _____ (describa en detalle) y han durado _____ (número de horas/días).
- Conozco mi cuerpo y siento que esto no es normal.

Ejemplos de las preguntas que puede hacer:

- ¿Qué podrían significar estos síntomas?
- ¿Hay alguna prueba que puedan hacer para descartar un problema grave?
- ¿En qué momento debo considerar ir a una sala de emergencias o llamar al 9-1-1?

Notas:



Conozca más en dshs.texas.gov/EscuchelaTX

Texas Department of State Health Services



TEXAS Health and Human Services