



Usted conoce su cuerpo mejor que nadie.

Si siente algo que parece inusual o preocupante, no lo ignore.

HEAR
ESCÚCHELA

Infórmese sobre los signos de advertencia de una urgencia y cómo hablar con su proveedor de atención médica.

Si está embarazada o dio a luz dentro del último año, es importante que hable con su proveedor de atención médica acerca de cualquier cosa que sienta que no esté bien.

Sepa cuáles son los signos y síntomas en la madre que advierten que hay una emergencia durante el embarazo y hasta un año después de dar a luz.

Si tiene cualquiera de estos signos de advertencia, obtenga atención médica de inmediato:

- Dolor de cabeza intenso que no desaparece o empeora con el tiempo
- Mareos o desmayos
- Pensamientos acerca de hacerse daño o hacerle daño al bebé
- Cambios en la visión
- Fiebre de 100.4 °F o más alta
- Hinchazón extrema de las manos o la cara
- Dificultad para respirar
- Dolor en el pecho o latidos cardiacos acelerados
- Dolor abdominal fuerte que no desaparece
- Cansancio extremo
- Movimientos del bebé que cesan o disminuyen durante el embarazo
- Náuseas y vómitos intensos (*más allá de la sensación normal de náuseas y los vómitos que muchas mujeres tienen al principio del embarazo*)
- Sangrado o pérdida de líquido vaginales durante el embarazo
- Sangrado vaginal abundante o pérdida de líquido vaginal que huele mal después del embarazo
- Hinchazón, enrojecimiento o dolor en una pierna

Infórmese más sobre los signos de advertencia de una urgencia en la madre en [cdc.gov/HearHer/Spanish](https://www.cdc.gov/HearHer/Spanish).

Utilice esta guía como ayuda para iniciar la conversación:

- Gracias por recibirme. Estoy embarazada. La fecha de mi última menstruación fue _____ / Estuve embarazada recientemente. Tuve un bebé el _____ y tengo preocupaciones serias acerca de mi salud. Quisiera hablar con usted acerca de ellas.
- He estado teniendo _____ (describir síntomas) que se sienten como _____ (describir en detalle) y han durado _____ (número total de horas/días).
- Conozco mi cuerpo y esto no se siente normal.

Ejemplos de preguntas para hacer:

- ¿Qué podrían significar estos síntomas?
- ¿Existe una prueba de detección que me pueda hacer para descartar un problema grave?
- ¿Cuándo debería considerar ir a la sala de emergencias o llamar al 911?

Notas:

Consejos:

- Lleve esta tarjeta como guía para iniciar la conversación. Incluya preguntas adicionales que tenga para su proveedor de atención médica.
- Asegúrese de decirle que está embarazada o que lo estuvo en el último año.
- Dígale al médico o enfermera qué medicamentos está tomando en la actualidad o ha tomado recientemente.
- Tome notas y haga más preguntas si hay algo que no entienda.