

DEPRESIÓN

POSPARTO

ES UN TÉRMINO UTILIZADO PARA DESCRIBIR UN EPISODIO DE DEPRESIÓN DESPUÉS DEL EMBARAZO, SE CARACTERIZA POR LA AUSENCIA DE AFECTIVIDAD POSITIVA, PÉRDIDA DEL INTERÉS O DE LA CAPACIDAD DE DISFRUTAR LA ETAPA DE LA MATERNIDAD.

FACTORES DE RIESGO:

- MUJERES MENORES DE 20 AÑOS.
- MADRES CON ANTECEDENTES DE DEPRESIÓN O TRASTORNO BIPOLAR.
- SUFRIR EPISODIOS ESTRESANTES DURANTE EL AÑO PREVIO AL EMBARAZO, TALES COMO COMPLICACIONES DURANTE LA GESTACIÓN, ALGUNA ENFERMEDAD O LA PÉRDIDA DEL TRABAJO, ENTRE OTROS.
- RECIÉN NACIDO CON PROBLEMAS DE SALUD.
- MUJER CON PROBLEMAS PARA AMAMANTAR.
- CUANDO EXISTEN PROBLEMAS FAMILIARES (PAREJA), O BIEN, DIFICULTADES ECONÓMICAS.
- EMBARAZO NO PLANIFICADO, NO DESEADO O PRODUCTO DE UNA VIOLACIÓN.

SÍNTOMAS:

1. CAMBIOS DE HUMOR FRECUENTES.
2. ANSIEDAD Y ATAQUES DE PÁNICO.
3. LLANTO EXCESIVO.
4. DIFICULTAD PARA RELACIONARSE CON EL BEBÉ E INCLUSO, LLEGAR A RECHAZARLO.
5. AISLARSE DE FAMILIARES Y AMIGOS.
6. PÉRDIDA DEL APETITO O COMER MÁS DE LO HABITUAL.
7. INCAPACIDAD PARA DORMIR (INSOMNIO) O DORMIR DEMASIADO.
8. FATIGA ABRUMADORA O PÉRDIDA DE ENERGÍA.
9. INTERÉS Y PLACER REDUCIDOS EN ACTIVIDADES QUE SE SOLÍAN DISFRUTAR.
10. PENSAMIENTOS Y/O DESEO DE HACERSE DAÑO O LASTIMAR AL BEBÉ.

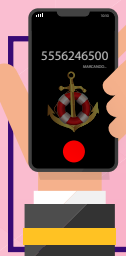
COMPLICACIONES:

1. CONFUSIÓN Y DESORIENTACIÓN.
2. PENSAMIENTOS OBSESIVOS ACERCA DEL BEBÉ.
3. ALUCINACIONES Y DELIRIOS.
4. ALTERACIONES DEL SUEÑO.
5. EXCESO DE ENERGÍA Y AGITACIÓN.
6. INTENTOS DE LASTIMARSE O AL BEBÉ.
7. PENSAMIENTOS RECURRENTES DE MUERTE O SUICIDIO.
8. MUERTE.



¿COMO SE PUEDE PREVENIR?

- EL CONTACTO PIEL CON PIEL ENTRE MADRE E HIJO.
- PREPARARSE PARA LA MATERNIDAD.
- CUIDAR LA ALIMENTACIÓN.
- DESCANSAR CUANDO EL BEBÉ DUERME.
- ESTABLECER PRIORIDADES.
- ACEPTAR AYUDA.



¡SI PRESENTAS ALGUNO DE LOS SÍNTOMAS MENCIONADOS, COMUNÍCATE A LA LÍNEA DE BIENESTAR EMOCIONAL NAVAL (LIBENAV)!

LÍNEA DIRECTA

CONMUTADOR

55 56 24 60 03 **55 56 24 65 00** EXT. 6003

HORARIO: 08:00 HRS A 20:00 HRS



PARA ACCEDER A ESTA INFORMACIÓN ESCANEE EL CÓDIGO QR



MARINA
SECRETARÍA DE MARINA

