

Planear para el Embarazo

MUJERES CON DEPRESIÓN

Antecedentes

Una de cada cuatro mujeres experimenta un episodio de depresión significativo durante su vida. Las mujeres tienen casi el doble de posibilidades que los hombres de padecer de depresión. La depresión es una enfermedad médica tratable. Hay formas seguras, asequibles y efectivas para tratar la depresión, como una combinación de terapia y medicamentos. Es importante detectar y tratar la depresión antes del embarazo. Las mujeres que sufren de esta enfermedad pueden no tener la energía para buscar ayuda.

Cómo afecta la Depresión a su Embarazo

Una de cada cuatro mujeres sufre de alguna enfermedad mental durante el embarazo. La depresión se puede presentar en la forma de ansiedad— los desórdenes ansiosos son más comunes durante el embarazo. Una mujer con depresión podría no tener la energía para cuidar de sí misma. Podría sentirse confundida en cuanto a sus sentimientos sobre el embarazo y su relación con el padre del bebé.

Cómo Afecta el Embarazo a la Depresión

Para la mayoría de las mujeres, el embarazo es un período de emociones muy intensas. Las mujeres que han sufrido de depresión en el pasado tienen mayor posibilidad de sufrirla durante el embarazo. Después del nacimiento del bebé, también tienen mayor posibilidad de sufrir de depresión postparto, lo que puede afectar en su capacidad de cuidarse a sí mismas y a sus bebés.

Cómo Pueden Afectar el Embarazo los Medicamentos para la Depresión

Algunos medicamentos antidepresivos pueden ser utilizados de forma segura durante el embarazo. Consulte con su médico antes de embarazarse sobre el mejor medicamento y a dosis ideal para usted.

Qué Puede Hacer

- 1) Consulte con su médico si está pensando en embarazarse.
- 2) Continúe tomando su medicamento antidepresivo si se embaraza. Es importante para usted y su bebé.
- 3) Consulte con su médico para determinar el mejor medicamento y dosis durante su embarazo.
- 4) Busque ayuda inmediatamente si su depresión empeora.
- 5) Busque a personas que le darán el apoyo que necesita en estos momentos.



Desarrollado por el Comité de Cuidado Prenatal y Preconcepción (WAPC), revisado 15/1
Asociación de Wisconsin para el Cuidado Perinatal
211 S. Paterson Street, Suite 250 Madison, WI 53703
Teléfono: 608-285-5858; Fax: 608-285-5004; Correo electrónico: wapc@perinatalweb.org

La presente información se encuentra disponible en el sitio web de WAPC,
www.perinatalweb.org.

Financiado por la subvención de servicios título V MCH, Oficina de Salud Infantil y Materna, Administración de Servicios y Recursos para la Salud, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EEUU y la Perinatal Foundation.