

Durante la gestación es importante:

1



Ser atendida en controles prenatales para hacer seguimiento a tu salud y al bienestar de tu hijo/a.

2



Que te realicen exámenes de sangre, orina y ecografías obstétricas para verificar tu estado de salud.

3



Recibir los suplementos vitamínicos que te ayuden durante el proceso de gestación.

4



Obtener información y acceder a métodos de anticoncepción postparto si así lo deseas.

6



Obtener información para cuidar tu salud y la de tu hijo/a, durante el proceso de gestación, parto y postparto.

Si eres Colombiana tienes derecho a recibir todos estos servicios en tu centro de atención en salud. Si eres migrante puedes recibir estos servicios en:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Recuerda:



Ante cualquier señal de alarma tienes derecho a recibir atención en los servicio de urgencias. Ubica los más cercanos a tu lugar de vivienda o trabajo.

Además tienes derecho a:



Que al momento del parto personal calificado te preste la debida atención.

En cualquiera de estos casos puedes consultar en:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Nota



En Colombia tienes derecho a recibir información sobre Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE); además acceder a servicios de -IVE- si tu embarazo es resultado de un acto de violencia, si representa riesgo para tu vida o tu salud o si el producto de la gestación presenta malformaciones incompatibles con la vida.



Señales de alarma para mujeres en periodo de Embarazo (gestación)

Durante el embarazo acude inmediatamente a un servicio de urgencias si presentas una o más de las señales descritas en este plegable



Desde el inicio del embarazo hasta la semana 20 de gestación:

- Náuseas y vómito intenso (más de 3 veces al día).
- Dolor, ardor o molestia al orinar.
- Dolor en la parte baja del abdomen.
- Flujo genital abundante o de mal olor.
- Manchado o sangrado vaginal.
- Fiebre.
- Diarrea persistente.
- Dificultad para respirar.



Desde la semana 21 de gestación hasta el parto:

- Inflamación de manos, pies o cara al levantarse y que persiste durante el día.
- Ver luces o estrellitas, escuchar pitos.
- Dolor en la boca del estómago.
- Dolor de cabeza excesivo.
- Salida de líquido o sangre por la vagina.
- Ausencia de movimientos del bebé.
- Dolores antes de la fecha de parto.
- Dolor / ardor al orinar.



Asiste puntualmente a todos los controles, completa el esquema de vacunación, consume los micronutrientes recomendados diariamente y pregunta sobre el lugar donde tu parto puede ser atendido.

Desde el parto y hasta 45 días después del nacimiento:

- Dolor de cabeza intenso y frecuente.
- Náuseas y vómito intenso (más de 3 veces al día).
- Palpitaciones o aumento en la frecuencia de los latidos del corazón.
- Endurecimiento o dolor en los senos.
- Dificultad para respirar y lactar al bebé.
- Sangrado vaginal abundante o salida de líquido con mal olor.
- Dolor "bajito", fiebre y escalofríos.
- Herida del parto/cesárea enrojecida, endurecida y con calor localizado.
- Síntomas de depresión: llanto frecuente, insomnio, pérdida del apetito, irritabilidad sin motivo aparente.

