

Mujeres con enfermedad de células falciformes y la atención posparto: lo que necesita saber después de dar a luz a su bebé

La **atención posparto** es la atención médica que usted recibe después del parto. Hay muchas cosas para considerar cuando le brinda cuidados a su recién nacido, pero tampoco olvide cuidarse a sí misma. La atención posparto es importante para ayudarla a mantenerse física, emocional y mentalmente sana mientras se recupera y establece un vínculo con su bebé. Infórmese sobre las medidas que puede tomar para tener una recuperación saludable.



Visite a su obstetra ginecólogo u otro proveedor de atención médica reproductiva y a su especialista en enfermedad de células falciformes (ECF) dentro de 3 a 4 semanas después del parto, o antes si sus proveedores de atención médica creen que es adecuado. Consulte con su especialista en enfermedad de células falciformes si es necesario hacer algún cambio en su plan de tratamiento. No se recomienda el uso de algunos medicamentos mientras se esté amamantando.



Descanse lo más posible. Los recién nacidos pueden despertarse cada 2 a 3 horas para comer, lo cual hace difícil dormir durante largos periodos sin interrupciones. Pídale apoyo a su pareja, familia y amigos de modo que usted pueda descansar y mantenerse saludable.



Sepa que su cuerpo pasará por cambios físicos a medida que se recupera.

- Si tuvo un parto vaginal, hable con su proveedor de atención médica sobre las formas de manejar el dolor mientras usted sana.
- Si tuvo un parto por cesárea, tomará tiempo para que sane la herida. Siga las instrucciones del proveedor de atención médica para el cuidado de la herida.
- El sangrado posparto puede durar hasta 6 semanas, a menudo con el sangrado más abundante en los primeros días.
- Durante los primeros días después del parto puede que sienta dolores parecidos a contracciones.



Cosas que necesita saber sobre la salud del recién nacido

- Algunos bebés de mujeres con enfermedad de células falciformes nacen de forma prematura y podrían necesitar atención en la [unidad de cuidados intensivos neonatales \(UCIN\)](#).
- Si usted necesitó dosis significativas de opioides para el manejo del dolor durante el embarazo, es posible que su recién nacido tenga abstinencia de opioides, una afección conocida como [síndrome de abstinencia neonatal](#) y podría ser una razón por la que su bebé necesite atención en la UCIN.
- A todos los bebés se les hace un análisis de sangre como parte de las [pruebas de evaluación del recién nacido](#) antes de que salgan del hospital. Este análisis de sangre detecta una cantidad de afecciones. El análisis identificará si el bebé tiene un [tipo de ECF](#) o si es portador de un gen de hemoglobina anormal (como la hemoglobina S o la hemoglobina C). Los bebés nacidos de madres con ECF tendrán al menos un gen de hemoglobina anormal.



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention



FOUNDATION FOR
Women & Girls
with Blood Disorders



Aprenda los signos y síntomas de [trombos o coágulos de sangre](#) y sepa cuándo debe consultar a un proveedor de atención médica. Todas las mujeres están en mayor riesgo de tener un coágulo de sangre después del parto y hasta 3 meses después, pero las mujeres con ECF tienen un riesgo incluso mayor. El riesgo es más alto en las primeras 6 semanas después del parto, especialmente si usted tuvo un parto por cesárea. A muchas mujeres con ECF se les recetarán anticoagulantes (*blood thinners*) para ayudar a prevenir coágulos de sangre. Hable con su proveedor de atención médica para saber si necesita tomarlos.

 <p>Los síntomas de un coágulo de sangre en el brazo o la pierna pueden incluir:</p>	 <p>Los síntomas de un coágulo de sangre en el pulmón pueden incluir:</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Hinchazón • Dolor o sensibilidad que no son causados por una lesión • Piel que se siente caliente al tacto • Enrojecimiento o cambio de color en la piel <p>Llame a su proveedor de atención médica lo más pronto posible si tiene cualquiera de estos síntomas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para respirar • Dolor en el pecho, que a menudo empeora con una inhalación profunda o tos • Tos con sangre • Latidos del corazón más rápidos de lo normal o irregulares <p>Consiga atención médica de inmediato si tiene cualquiera de estos síntomas.</p>

Consiga atención médica de inmediato si tiene cualquier [signo de advertencia de urgencia en la madre](#), como

 <p>Dolor de cabeza que no desaparece o empeora con el tiempo</p>	 <p>Mareos o desmayos</p>	 <p>Cambios en la visión</p>	 <p>Fiebre de 100.4 °F o más alta</p>	 <p>Cansancio abrumador</p>
 <p>Hinchazón extrema de las manos o la cara</p>	 <p>Pensamientos acerca de hacerse daño o hacerle daño al bebé</p>	 <p>Dificultad para respirar</p>	 <p>Dolor en el pecho o latidos rápidos del corazón</p>	 <p>Sangrado o secreciones vaginales abundantes después del embarazo</p>
 <p>Náuseas y vómitos intensos</p>	 <p>Dolor de estómago fuerte que no desaparece</p>	 <p>Movimientos del bebé que cesan o disminuyen durante el embarazo</p>	 <p>Hinchazón, enrojecimiento o dolor considerables en una pierna o un brazo</p>	 <p>Sangrado o pérdida de líquido vaginal durante el embarazo</p>

Estos podrían ser signos de complicaciones muy graves. Si no puede comunicarse con un proveedor de atención médica, vaya a la sala de emergencias. Asegúrese de que el proveedor sepa que usted dio a luz a un bebé en el último año y que tiene enfermedad de células falciformes.



Hable con su proveedor de atención médica si usted, su familia o amigos creen que tiene signos y síntomas de [depresión posparto](#). Su proveedor puede brindarle opciones de tratamiento, como medicamentos y consejería, para ayudarla a sentirse mejor. Los signos y síntomas de depresión posparto incluyen:

- Llorar con más frecuencia de lo normal
- Tener sentimientos de enojo
- Sentirse distante del bebé
- Preocuparse o sentirse excesivamente ansiosa
- Tener algún pensamiento acerca de hacerse daño o hacerle daño al bebé



Considere sus planes de [métodos anticonceptivos después de tener el bebé](#). Estos a veces se pueden empezar de inmediato después del parto y no solo en una cita más adelante. Si le interesan los métodos anticonceptivos, hable con su equipo de atención médica para informarse sobre todas las opciones que sean seguras para las mujeres con enfermedad de células falciformes.

¿Tristeza o depresión posparto?

Las mujeres que acaban de dar a luz pueden tener tristeza posparto (*baby blues*), un término usado para describir sentimientos negativos, tristeza y cambios de estado de ánimo después del parto. Por lo general hay una mejora sin ningún tratamiento dentro de las 2 semanas después del parto.

La depresión posparto es más intensa y requiere tratamiento. Consulte a su proveedor de atención médica si tiene alguno de estos síntomas.

Enlaces a recursos

<https://www.cdc.gov/pregnancy/after.html>

<https://www.marchofdimes.org/find-support/topics/neonatal-intensive-care-unit-nicu/coping-stress-nicu>

<https://www.cdc.gov/pregnancy/spanish/opioids/basics.html>

<https://www.cdc.gov/newbornscreening/index.html>

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/sicklecell/facts.html>

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/dvt/pregnancy.html>

<https://www.cdc.gov/hearher/spanish/signos-de-una-urgencia-embarazo/index.html>

<https://www.acog.org/womens-health/faqs/postpartum-depression>

<https://www.cdc.gov/reproductivehealth/contraception/index.htm>

Recursos adicionales

La primera prueba de su bebé, anemia de células falciformes: <https://spanish.babysfirsttest.org/newborn-screening/sobre-la-primera-prueba-de-su-beb%C3%A9>

Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Oficina de Salud de la Mujer. Recuperación después del nacimiento.

<https://espanol.womenshealth.gov/pregnancy/childbirth-and-beyond/recovering-birth>

March of Dimes. La enfermedad de células falciformes y su bebé. <https://www.marchofdimes.org/find-support/topics/planning-baby/sickle-cell-disease-and-your-baby>

Postpartum Support International: <https://www.postpartum.net/>

Salud materna e infantil de la Administración de Recursos y Servicios de Salud: Línea Nacional de Asistencia de Salud Mental Materna.

<https://mchb.hrsa.gov/linea-nacional-salud-mental-materna>

Mujeres con enfermedad de células falciformes y la atención antes de la concepción; lo que necesita saber antes de quedar embarazada:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/materials/women-with-scd-preconception-care.html>

Mujeres con enfermedad de células falciformes y la atención prenatal; lo que necesita saber durante el embarazo.

<https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/materials/women-with-scd-prenatal-care.html>