

La Crianza de los Niños es Trabajo Duro

Abril del 2010

Parenting Rules!

Estará ella triste?



La depresión maternal puede aparecer como un caso leve de tristeza de bebe o "baby-blues", lo cual solo tarda unas semanas hasta llegar a una psicosis de postparto, una seria condición que requiere tratamiento medico. La depresión puede afectar a **cualquier** mujer, en cualquier tiempo durante el embarazo o poco después de haber dado a luz.

Las mujeres que están experimentando la depresión, necesitan el apoyo de su familia, amigos y médicos profesionales.

Las mujeres que sufren de depresión están menos probables de practicar medidas de seguridad infantil, seguir rutinas, o poder llenar las necesidades de sus nuevos bebes, lo cual puede tener efectos negativos en el desarrollo y crecimiento del niño. Niños con madres que sufren de severa depresión o psicosis de postparto corren un alto riesgo de sufrir abuso físico, negligencia y lesiones.

Como saber si una mama esta deprimida? Algunos de los síntomas incluyen:

- ✓ Fatiga o inhabilidad para dormir
- ✓ El llorar frecuentemente o desesperanza
- ✓ Ansiedad o irritabilidad
- ✓ Falta de interés en su niño o en sus propios intereses
- ✓ Pensamientos de lastimar a su niño o lastimarse ella misma

La Crianza de los Niños es Trabajo Duro
Abril del 2010

Parenting *Rules!*

Como poder ayudar a una mama que esta experimentando depresión?

- ✓ Sea una amiga, déjele saber a ella que usted esta ahí para ayudarla de la manera que necesite
- ✓ Cuide de su bebe para que ella pueda descansar
- ✓ Ayúdele con los quehaceres del hogar o con los mandados
- ✓ Anímela a que se una a un grupo de apoyo para nuevas mamas
- ✓ Sugiere que consulte con su doctor para obtener tratamiento si la depresión tarda mas de dos semanas
- ✓ Si cree que el niño esta a riesgo de abuso o negligencia, llame a los servicios protectores de niños al 1-800-RICHILD

Families First Rhode Island

401.383.9933

www.familiesfirstri.org

Women & Infants Hospital – Postpartum Depression Clinic

401.274.1122, ext 2870

www.carenewengland.org/body.cfm?id=7&action=detail&ref=136

Rhode Island New Moms Connection

www.rinewmoms.com/new-moms-groups.html

ABOUT PARENTING RULES! E-NEWS...



Las noticias electronicas son producidas por la agencia de Prevención del Abuso Infantil en Rhode Island y es parcialmente apoyada por una subvención anual del Fondo Fiduciario Familiar e Infantil de Rhode Island

Prevent Child Abuse Rhode Island
500 Prospect Street Pawtucket, RI 02860
ph: 401.728.7920 fax: 410.724.5850
www.preventchildabuse-ri.org

Por favor comparta esta información con las familias en sus programas. Gracias!