

Detenga el coágulo, corra la voz®



**¿ESTÁ ESPERANDO O ACABA DE TENER UN BEBÉ?
NO DEJE QUE UN COÁGULO DE SANGRE LE ARRUINE SU ALEGRÍA.**

Infórmese sobre los coágulos de sangre peligrosos.

Los coágulos de sangre durante el embarazo pueden ser peligrosos para la madre y también para el bebé en gestación porque le pueden cortar el flujo sangre que le llega.



Los coágulos de sangre en los pulmones son una de las **causas más comunes** de muerte relacionada con el embarazo en los Estados EE. UU.



En las mujeres el riesgo de presentar un coágulo de sangre peligroso es **cinco veces** más alto durante el embarazo.



Los partos por operación cesárea prácticamente **duplican** este riesgo.



Los coágulos de sangre se pueden formar en las piernas o los brazos, y pueden desprenderse y llegar a los pulmones, lo cual puede ser potencialmente mortal.

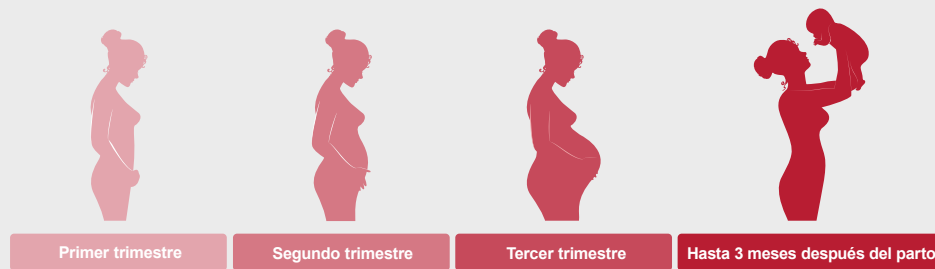
Factores que aumentan el riesgo de presentar un coágulo de sangre durante el embarazo, el parto y el periodo de posparto:



- Un coágulo de sangre anterior, antecedentes familiares de coágulos de sangre o un trastorno genético de la coagulación
- Sobrepeso u obesidad
- Tabaquismo
- Parto por cesárea
- Inmovilidad prolongada o actividad reducida, como al guardar reposo en cama, viajar o recuperarse después del parto
- Embarazo a los 35 años o más
- Ciertas situaciones y complicaciones del embarazo, como los embarazos múltiples o el uso de tratamientos de fertilidad con hormonas

Al prepararse para la llegada del bebé, no se olvide de cuidar de sí misma.

Las mujeres están en mayor riesgo de tener un coágulo de sangre peligroso durante todo el embarazo, el parto y hasta tres meses después de nacido el bebé.



Cuando usted se cuida, también cuida al bebé en gestación.

La mayoría los coágulos de sangre se pueden prevenir. Hable con el médico, conozca su riesgo y trabaje con su proveedor de atención médica para prevenir los coágulos de sangre.

- ✓ Hable con su familia acerca de sus antecedentes médicos y dígame al médico si usted o alguien en su familia han tenido coágulos de sangre alguna vez.
- ✓ Hable con su médico sobre todos los posibles riesgos que tiene de que se le formen coágulos de sangre.
- ✓ Trabaje con el médico para reducir el riesgo de tener coágulos de sangre, especialmente si está guardando reposo en cama o tuvo una cesárea.
- ✓ Haga tanto ejercicio como le recomiende el médico. Si pasa mucho tiempo sentada, muévase o ejercite las piernas con cada 1-2 horas.
- ✓ Beba abundantes líquidos. Se recomienda que las mujeres tomen 10 vasos de líquido todos los días mientras estén embarazadas y de 12 a 13 mientras estén amamantando.
- ✓ Tome los medicamentos y use los dispositivos de compresión según se lo hayan recetado.

La mayoría de los coágulos de sangre se pueden tratar. Dígame a su médico si presenta alguno de los síntomas de los coágulos de sangre.



LOS SÍNTOMAS DE UN COÁGULO DE SANGRE EN LOS BRAZOS O LAS PIERNAS PUEDEN INCLUIR:

- 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 -

Si tiene cualquiera de estos signos o síntomas, alerte al médico lo antes posible.



LOS SÍNTOMAS DE UN COÁGULO DE SANGRE EN EL PULMÓN PUEDEN INCLUIR:

- Dificultad para respirar -
- Dolor de pecho que empeora al respirar hondo o toser -
- Tos con sangre -
- Latidos del corazón más rápidos de lo normal o irregulares -

Busque atención de inmediato si presenta alguno de estos signos o síntomas.

Para obtener más información sobre los coágulos de sangre y para correr la voz, visite **stopthecлот.org/spreadtheword/es/?lang=es**