

| Enfermedad del Corazón

# ¿Está a riesgo de enfermedad del corazón después de tener un bebé?

La enfermedad del corazón es la causa principal de muerte en mujeres, incluyendo las embarazadas y las que están en el posparto..



## Riesgo

Cualquier mujer puede desarrollar una enfermedad cardíaca durante el embarazo o después del parto. Usted está en mayor riesgo si:

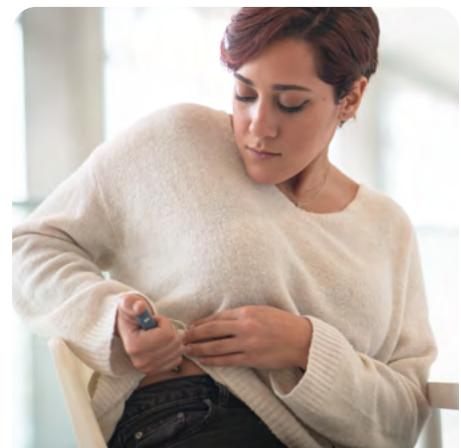
- ▶ Ha tenido una enfermedad del corazón antes de embarazarse
- ▶ Tiene más de 40 años de edad
- ▶ Es obesa (tiene exceso de peso)
- ▶ Tiene presión arterial alta, antes de su embarazo o durante su embarazo
- ▶ Es AfroAmericana



## Síntomas

Estas síntomas de las enfermedad del corazón pueden ocurrir durante el embarazo, especialmente al final de su embarazo y hasta cinco meses después de dar a luz:

- ▶ Hinchazón extrema o aumento de peso rápido o inexplicable
- ▶ Fatiga extrema
- ▶ Desmayos
- ▶ Tos que no se quita
- ▶ Dolor en el pecho o latido rápido del corazón
- ▶ Problemas de respiración cuando está descansando (especialmente cuando está acostada)



## Condiciones

Condiciones del embarazo cuales pueden aumentar su riesgo de desarrollar una enfermedad del corazón en el futuro:

- ▶ Presión arterial alta durante el embarazo (Preeclampsia)
- ▶ Fallecimiento del corazón durante o dentro de los cinco meses después de su embarazo
- ▶ Diabetes

## Lo que debe de hacer

Si desarrolla síntomas de enfermedad del corazón:

- ▶ Confíe en sus instintos si cree que algo está mal con su salud.
- ▶ Asegúrese de mencionar a su proveedor médico que tuvo un parto recientemente si los síntomas aparecen entre los primeros 5 meses después de su parto.
- ▶ Obtenga una segunda opinión si cree que su proveedor médico no la está escuchando o tomando en serio sus síntomas.



## Como controlar su enfermedad del corazón

Para prevenir problemas en el futuro:

Antes del embarazo	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Mantenga un peso saludable, haga ejercicio regularmente, mantenga una dieta saludable y deje de fumar</li> <li>▶ Asegúrese de usar medicamentos que sean seguros durante el embarazo cuando quiera quedar embarazada o cuando deje de usar anticonceptivos</li> </ul>
Durante el embarazo	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Vaya a sus citas de cuidado prenatal</li> <li>▶ Llevé a una persona de apoyo a sus citas</li> </ul>
Despues del embarazo	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Amamante a su bebé; la lactancia materna está relacionada con menos riesgo de desarrollar presión arterial alta y enfermedades del corazón en el futuro</li> <li>▶ Asegúrese de mantener su cita con su proveedor obstétrico (OB) después del parto</li> <li>▶ Entregue una copia de su historia médica prenatal a su proveedor médico</li> <li>▶ Consulte con su proveedor médico cada año para evaluar su riesgo de enfermedad del corazón</li> </ul>

Esta publicación fue producida por el Departamento de Salud Pública de California (CDPH), la División de Salud Materna, Infantil y Adolescente en asociación con el Programa de Prevención de Enfermedades Cardiovasculares de CDPH y la Clínica de Medicina Cardiovascular para Mujeres de la Universidad de California Davis, con fondos del Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (número de concesión NU58DP005499).