

# Alguien a quien amas

antes, durante o después del embarazo...

## puede que no esté bien.

*Alejamiento de sus seres queridos.*

*Pensamientos que no se atreven a expresar.*

*Malestar inexplicable.*

*Ira sin motivo aparente.*

*Angustia que no desaparece.*

*Pérdida de la alegría en cosas que antes disfrutabas.*

*No se reconocen a sí mismas.*

**VDH** DEPARTAMENTO DE SALUD DE VIRGINIA

Descubre cómo ayudarles a superar la tristeza posparto.

Contamos con especialistas y recursos para ayudar a todos a superar esta situación.

[vdh.virginia.gov/beyond-the-blues](http://vdh.virginia.gov/beyond-the-blues)