



Opciones para la salud de la mujer, recursos para la salud mental y apoyo familiar

Las condiciones esperadas e inesperadas en la salud y el bienestar mental de las mujeres son estresantes y difíciles de enfrentar. No estás sola. La siguiente es una lista con información útil sobre la salud de la mujer, atención para la salud mental y desarrollo familiar.

Adopción

Child Welfare Information Gateway

[Understanding the Emotional Impact of Adoption – Child Welfare Information Gateway](#)

(Comprensión del impacto emocional de la adopción – Portal de información sobre el bienestar infantil).

Considering Adoption

[Consideraciones sobre la adopción](#)

La ansiedad y la depresión

Anxiety & Depression Association of America (ADAA)

[Postpartum Disorders | Anxiety and Depression Association of America, ADAA](#)

(Trastornos postparto | Asociación Americana contra la Ansiedad y la Depresión).

Centers for Disease Control and Prevention

[Depression During and After Pregnancy \(cdc.gov\)](#)

(Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. La depresión durante y después del embarazo).

Apoyo para la familia

All-Options Talkline (Asesoría y apoyo para situaciones y experiencias de embarazos)

all-options.org/find-support/talkline/

Live and Work Well (Ofrece atención y apoyo para el bienestar emocional)

liveandworkwell.com

March of Dimes (La Fundación March of Dimes trabaja para mejorar la salud de las madres y los bebés)

marchofdimes.org

Maternal and Child Health Bureau (Oficina de Salud Materna e Infantil)

mchb.hrsa.gov

National Child & Maternal Health Education Program

[Mom's Mental Health Matters – Eunice Kennedy Shriver National Institute of Child Health and Human Development \(nih.gov\)](#)
(Programa nacional de educación sobre la salud infantil y materna. La salud mental materna es importante - Instituto Nacional de Salud Infantil y Desarrollo Humano Eunice Kennedy Shriver).

Infertilidad

Healthline

[How Infertility Treatment May Affect Your Mental Health](#)
(Forma en que el tratamiento de la infertilidad puede afectar a la salud mental)

Resolve: The National Infertility Association

[Página de inicio | RESOLVE: The National Infertility Association](#)
(Asociación Nacional para la Infertilidad)

Postparto

Postpartum Support International

[Get Help | Postpartum Support International or PSI](#)
(Obtén ayuda | Apoyo Internacional al Postparto)

Pérdida y terminación del embarazo

American Congress of Obstetricians and Gynecologists (ACOG)

[Finding Emotional Support After Pregnancy Loss](#)
(Congreso Americano de Ginecólogos y Obstetras. Cómo encontrar apoyo emocional tras la pérdida del embarazo)

Exhale Pro-Voice

[Nonjudgmental After-Abortion Support](#)
(Apoyo sin prejuicios después de un aborto)

Return To Zero (H.O.P.E) (La Fundación Return To Zero ayuda a familias que perdieron un bebé durante el embarazo)

rtzhope.org/

Share: Pregnancy & Infant Loss Support

[Home – Share Pregnancy & Infant Loss Support \(nationalshare.org\)](#)
(Página de inicio - Share ofrece apoyo durante el embarazo y la pérdida del bebé)

Sisters in Loss (Comunidad de mujeres afroamericanas que reemplaza el silencio con narraciones sobre el embarazo, la pérdida de bebés y la infertilidad)

sistersinloss.com/

Uso de sustancias

Indian Health Service (Servicios de Salud para Indígenas)

ihs.gov/asap/resources/

National Center on Substance Abuse and Child Welfare (Centro Nacional para el Abuso de Sustancias y el Bienestar Infantil)

ncsacw.acf.hhs.gov/topics/pregnancy/

Optum

Optum no recomienda ni promueve ningún tratamiento ni medicamentos, ya sean específicos o de cualquier otra índole. La información que se proporciona es solo con fines educativos, no se debe considerar como una recomendación médica ni sustituye a la consulta especializada. Consulta a tu especialista clínico, médico o proveedor para la salud mental sobre tus necesidades específicas de atención médica, tratamiento o medicamentos. Los beneficios de tu seguro podrían no incluir algunos tratamientos. Verifica la cobertura de servicios de tu plan de salud.

© 2024 Optum, Inc. Todos los derechos reservados. WF12105327 314898-012024 OHC

Proveedores para la salud conductual

Encuentra
proveedores aquí:
[Encuentra tu plan |](#)
[Encuentra atención médica](#)
(werally.com)