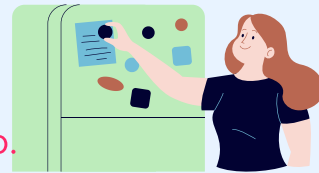


Información Útil

Colóquelo en su refrigerador junto con las Señales de Advertencia Posparto.



Salud Mental



Línea de Ayuda de Salud Mental Materna
ENVÍE UN MENSAJE
DE TEXTO o LLAME 24/7
1-833-TLC-MAMA Inglés y Español o visite
postpartum.net

Asesoramiento de Expertos



El Proyecto del Cuarto Trimestre
Información de Expertos para Padres y Familias
newmomhealth.com
saludmadre.com

Lactancia Materna



Línea de Ayuda GRATUITA 24/7
1-877-271-MILK (6455)
¡Descargue la aplicación! Busque “OK BF” en su
tienda de aplicaciones para acceder a recursos
gratuitos.

Más Recursos



Comuníquese con OPQIC para
obtener más apoyo
OPQIC.org
PatientSupport@opqic.org

¡No dude en pedir ayuda!

Llame al 911 en caso de una emergencia médica.
Llame al 988 en caso de una emergencia de salud mental.
Comuníquese con su proveedor de atención médica si tiene
preguntas.

