



## Nuestra Historia

Postpartum Support International (PSI) fue fundada en 1987 por Jane Honikman en Santa Barbara, California, con el propósito de aumentar la conciencia en las *comunidades públicas* y profesionales sobre los *cambios emocionales* que experimentan las mujeres durante el embarazo y el parto.



## Misión

La misión de Postpartum Support International es promover la concienciación, la prevención y el tratamiento de los problemas de salud mental relacionados con la maternidad en todos los países del mundo.

## Visión

La visión de Postpartum Support International es que todas las mujeres y familias en el mundo tengan acceso a información, apoyo social y atención profesional informada para abordar los problemas de salud mental relacionados con la maternidad.

PSI promueve esta visión a través de la defensa de derechos, la colaboración y la educación, además de capacitar a la comunidad profesional y al público en general.





## Nuestro Impacto 2024



- 27,936 personas recibieron ayuda en inglés y español
- 10,011 llamadas y mensajes fueron gestionados en nuestra línea de ayuda
- 1,192 personas recibieron ayuda en 245 sesiones virtuales en español
- 538 personas fueron emparejadas por 4 meses en el programa Apoyo de pares
- 1,704 profesionales obtuvieron su certificación internacional PMH-C

[Haz clic aquí para ver el reporte de impacto completo](#)





## Nuestros Recursos



### Línea Cálida

- 1-800-944-4773 #1 para Español
- Texto en Español: 971-203-7773
- [Formulario de ayuda en línea para países de Latinoamérica](#)



### Encuentros de apoyo

Dirigidos por facilitadores capacitados de PSI, nuestros 24 encuentros en línea te conectarán con otros padres y te brindarán herramientas y recursos útiles. Ya sea que estés atravesando estrés, adaptación a la crianza, melancolía posparto o depresión/ansiedad durante el embarazo o el posparto.

[Haz clic aquí para explorar el listado de encuentros virtuales disponibles](#)



### Apoyo de pares

Este programa une a personas que necesitan apoyo con un voluntario capacitado que también ha experimentado y se ha recuperado de un desafío de la salud mental perinatal durante 4 meses. Establecer una conexión individual con alguien que ha pasado por un desafío de la salud mental ofrece información, aliento y esperanza invaluable.

[Haz clic aquí para conocer más información sobre pares y mentoras](#)



### Recursos especializados

PSI te conecta con un voluntario en tu localidad, recursos o ayuda relacionada con la salud mental perinatal en países de habla hispana a través de un formulario en línea. Nuestras coordinadoras especializadas abordan una gran variedad de temas y necesidades específicas.

[Haz clic aquí para acceder al formulario](#)



### Directorio de PSI en línea

Aquí puedes buscar terapeutas de salud mental, proveedores de salud, psiquiatras, doulas, consejeras de lactancia, asesoras de sueño ¡y más! Todas las personas en el directorio cuentan con capacitación especializada en salud mental perinatal.

[Haz clic aquí para encontrar un proveedor cerca de ti](#)





## Recursos Adicionales



**La salud mental posparto no es solo una cuestión de mujeres; también afecta a los hombres y hay ayuda para los papás.** 1 de cada 10 padres sufre depresión posparto y hasta el 18% desarrolla un trastorno de ansiedad clínicamente significativo, como el trastorno de ansiedad generalizada, TOC, y TEPT, en algún momento durante el embarazo o el primer año posparto.

**[Haz clic aquí para explorar el listado de recursos disponibles](#)**



**¿Eres un experto/a en salud mental perinatal? Comparte tus conocimientos y escribe en nuestro blog en español.** Conecta con nuestra red de madres, padres y profesionales interesados en la salud mental perinatal y temas afines. Agregar sobrevivientes, historias de esperanza

**[Completa este formulario y nos pondremos en contacto contigo](#)**

## Materiales Educativos en español



PSI ha diseñado estos materiales para distribución entre la comunidad y entornos de atención médica para crear conciencia de salud mental perinatal (embarazo, después de una pérdida y posparto). Por favor ayúdanos a compartir estos folletos como un mensaje de esperanza y ayuda.

**[Haz clic aquí para descargar](#)**



# ¡Únete a nuestro equipo!

**Ayúdanos a seguir cambiando la vida de madres, padres y familias que necesitan de nuestra ayuda**

**¡Aplica y conviértete en un voluntario de PSI hoy!**

