



UNA DE CADA 5 MADRES

experimenta depresión o ansiedad durante el embarazo o el posparto.

No estas solo. Estamos aquí para ayudar.



**LLAMA: 800.944.4773, OPCIÓN N° 1
O ENVÍA UN MENSAJE DE TEXTO: 971.203.7773**

Para obtener información, apoyo y recursos, deja un mensaje confidencial en cualquier momento, y un voluntario formado y atento te devolverá la llamada o el mensaje de texto.

Postpartum Support International | Postpartum.net/en-espanol/