



Visitas posparto a mis proveedores

PARTE DE

Preparándose para el parto y más:
Listas de planificación posparto para padres viviendo con VIH

¡Felicidades por la llegada de su(s) peque(s)! El periodo posparto puede ser una etapa maravillosa y al mismo tiempo abrumadora. El embarazo y el parto pueden afectar a su salud física, emocional y sexual. Estas preguntas pueden ayudarle a pensar en cómo los diferentes proveedores pueden apoyar mejor su salud y la de su familia (y puede que quiera hacer algunas de estas preguntas antes de dar a luz).

Preguntas para cuando vea a un nuevo proveedor:

- ☐ ¿Está familiarizado con las últimas directrices sobre la atención y el tratamiento del VIH para personas embarazadas, incluso el apoyo para la toma de decisiones sobre la alimentación infantil?
- ☐ ¿Sabe de la existencia de la **Línea Nacional de Ayuda sobre el VIH Perinatal** (1-888-448-8765)?
 - Una línea telefónica financiada por el gobierno federal y atendida por expertos, que ofrece consultas clínicas gratuitas y referencias a proveedores que atienden a personas viviendo con VIH durante y después del embarazo y/o a sus recién nacidos

Mi ginecólogo/obstetra o partera

- ☐ ¿Puede ayudarme a ponerme en contacto con una doula, enfermera de salud pública o trabajadora comunitaria de salud especializada en el posparto?
- ☐ ¿Aproximadamente cuándo serán las citas posparto después del nacimiento?
- ☐ Me gustaría que me ayudaran a conectarme (o volver a conectarme) con un proveedor de atención primaria..
- ☐ Me gustaría seguir en contacto con los servicios de salud sexual y reproductiva para hablar sobre:
 - Tener relaciones sexuales, intimidad y placer después del parto
 - Prevención del VIH para mi(s) pareja(s)
 - Prevención de otras ITS para mí
 - Planificación familiar futura o anticoncepción
- ☐ [Si tuvo alguna complicación durante el embarazo o el parto] ¿Qué afecto tiene este embarazo en mi forma de pensar sobre mi salud crónica o futuros embarazos?
- ☐ Me siento triste, deprimida, ansiosa o no me siento como yo misma.
 - Me gustaría que me ayudaran a ponerme en contacto con un profesional de la salud mental especializado en la etapa perinatal

Si está pensando en quitarse la vida, ¡hay ayuda disponible! **Llame al 988, la Línea de Prevención del Suicidio y Crisis, para recibir apoyo emocional.**

Escanee este código QR o visite bit.ly/PospartoVIH
para ver el recurso posparto en su totalidad, con enlaces a más información.





Visitas posparto a mis proveedores

PARTE DE

Preparándose para el parto y más:
Listas de planificación posparto para padres viviendo con VIH

Mi proveedor de atención médica para el VIH

- ☐ Creo que coordinar mi atención con un administrador de casos sería útil.
- ☐ Necesito ayuda para tomar mis medicamentos contra el VIH y otros medicamentos durante esta etapa tan estresante.
- ☐ Me siento triste, deprimida, ansiosa o no me siento como yo misma.
 - Me gustaría que me ayudaran a ponerme en contacto con un profesional de la salud mental con conocimientos sobre el VIH

El/la pediatra de mi bebé

- ☐ ¿Cuál es el calendario de citas de mi bebé??
- ☐ ¿Hay algo que deba tener en cuenta en cuanto a las etapas del desarrollo?
- ☐ ¿Quién es responsable de ordenar y hacer el seguimiento de las pruebas de VIH de mi bebé?
- ☐ Me gustaría aprender técnicas que me ayuden a darle los medicamentos a mi bebé.

Mi proveedor de atención primariar

- ☐ ¿Ha habido algún cambio en los resultados de mis análisis, aparte del VIH? ¿Qué significan?
- ☐ ¿Hay algo que deba tener en cuenta sobre la salud general durante un año estresante?
- ☐ Quiero hablar sobre la probabilidad de padecer enfermedades crónicas a lo largo de mi vida.
- ☐ ¿Tengo que hacerme alguna otra prueba médica (salud ósea, diabetes, etc.)?

Escanee este código QR o visite bit.ly/PospartoVIH
para ver el recurso posparto en su totalidad, con enlaces a más información.

