

You are
not alone.

1 in 7 Mothers
experience depression or anxiety
during pregnancy or postpartum


exhaustion, appetite or sleep disturbances, mood swings, anxiety, feeling overwhelmed

Call your healthcare provider ^{and}
Contact us for support and resources

1-800-944-4PPD

www.postpartum.net





“Cómo me
hubiera
gustado
saber que.”

Una de cada siete madres experimenta depresión o ansiedad durante el embarazo o posparto

*Cansancio, cambios en el apetito y el sueño, cambios
en el estado de ánimo, ansiedad, sentirse abrumada*

Llama a tu médico o a un profesional de salud y
Llámenos para recibir apoyo y referencias a
varios recursos que te pueden ayudar

1-800-944-4PPD

www.postpartum.net

