

## Después de una Cesárea

La recuperación de una cesárea puede requerir una cantidad significativa de tiempo. Es esencial priorizar el autocuidado no solo por su propio bienestar, sino también por las necesidades de su recién nacido.

### Cuidado de la Incisión:

- Es probable que se le permita ducharse y secar suavemente la incisión.
- Monitoree la incisión en busca de signos de infección, como enrojecimiento o secreción que empeora.
- Apoye la incisión con una almohada al cambiar de posición de acostado a sentado, así como durante la risa o la tos.
- Evite levantar objetos pesados, absteniéndose de levantar objetos más pesados que su bebé hasta que su proveedor de atención médica lo autorice.

### Cuándo buscar atención médica:

Comuníquese con nuestra oficina de inmediato si experimenta

- Fiebre de 100.4°F (38°C) o más, según las indicaciones de su proveedor.
- Aumento del enrojecimiento, dolor o secreción en el sitio de la incisión.
- Sangrado vaginal excesivo, saturando una toalla sanitaria por hora o pasando coágulos grandes de sangre.
- Dolor abdominal severo.
- Falta de movimiento intestinal dentro de la semana posterior al parto.
- Secreción vaginal con olor desagradable.
- Área hinchada, roja y dolorosa en la pierna.
- Sensación de ardor al orinar o presencia de sangre en la orina.
- Aparición de sarpullido o urticaria.
- Áreas dolorosas, rojas o doloridas en los senos, posiblemente acompañadas de síntomas similares a los de la gripe.
- Sentimientos de ansiedad, pánico, depresión o dificultad para vincularse con su bebé.