



# UNA MAMÁ SE HACE CON EL TIEMPO

CAMBIOS DE HUMOR  
Y IMPRESIÓN DE NO  
SER ADECUADO  
SE PUEDEN  
SUPERARLOS



**SALUTE LAZIO**  
SISTEMA SANITARIO REGIONALE



**REGIONE  
LAZIO**

**NORMALMENTE SE PIENSA QUE UNA NUEVA MAMÁ TENGA QUE SER FELIZ EN CADA MOMENTO PERO ESTO EN ALGUNOS CASOS PUEDE NO VERIFICARSE. CADA MUJER TIENE UNA HISTORIA DE EMBARAZO Y DE PARTO Y PUEDE SER NECESARIO UN TIEMPO PARA PODER ADAPTARSE A LA MATERNIDAD. PUEDE PASAR QUE ALGUNAS NUEVAS MAMÁS VIVAN EXPERIENCIAS DE LA MATERNIDAD CON UN SENTIDO DE NO SER ADECUADAS O QUE SE SIENTAN TRISTES SIN MOTIVO, IRRITABLES, PROPENSAS AL LLANTO EN ESTA EXPERIENCIA IMPORTANTE Y NUEVA DE LA MATERNIDAD. ESTAS SENSACIONES PUEDEN A VECES TRANSFORMARSE EN FORMAS DEPRESIVAS (DEPRESIONES POST PARTUM). EN ESTOS CASOS ES IMPORTANTE NO AISLARSE Y TENER EN CUENTA A LAS PRIMERAS SEÑALES DE ESTE SÍNTOMA Y ASÍ PODER PARTICIPAR A GRUPOS DE AYUDA ENTRE MAMÁS, Y EN CONSULTORIOS FAMILIARES O DIRIGIRSE A UN PROFESIONAL DE CONFIANZA. EN ESTE FOLLETO ESTÁ INDICADO PARA CADA UNA DE LAS A.S.L. EL CONSULTORIO AL QUE PODER DIRIGIRSE O QUE A SU VEZ LES PUEDA DIRIGIR HACIA OTROS CONSULTORIOS DE LA A.S.L. QUE GARANTICEN, GRATUITAMENTE, ANÓNIMAMENTE, Y CON UN ACCESO DIRECTO (SIN EMPEÑATIVA) UNA AYUDA ÚTIL PARA SUPERAR ESTAS EVENTUALES DIFICULTADES.**

**ASL RM A**  
Consultorio Familiare  
del Centro Sant'Anna (II piano)  
Via Garigliano, 87  
**tel 06 77302661**

**ASL RM B**  
Consultorio Familiare Pietralata  
Via di Pietralata, 497 - **tel 06 41435408**  
percorso.nascita@aslromab.it  
SOS Mamma **tel 331 6694889**  
(lun-dom 8.00-20.00)

**ASL RM C**  
Consultorio Familiare  
di Via Iberia, 73  
**tel 06 51008580-81- 329 1710711**

**ASL RM D**  
Consultorio Familiare Bravetta  
Via della Consolata, 52  
**tel 06 56486536**  
consultorio.bravetta@aslromad.it

**ASL RM E**  
Consultorio Familiare  
Santa Maria della Pietà  
Piazza Santa Maria della Pietà, 5  
(Padiglione V, I piano)  
**tel 06 68352856**

**ASL RM F**  
Consultorio Familiare di Bracciano  
(sede della UOC)  
Largo dell'Ospedale Vecchio, 8  
**tel 06 96669123**

**ASL RM G**  
Consultorio  
Familiare di Guidonia  
Via dei Castagni, 20  
**tel 0774 779104-712**

**ASL RM H**  
Consultorio  
Familiare di Velletri  
Via San Biagio, 19/21  
**tel 06 93272436-2433**  
consultorio.dh5.velletri@aslromah.it

**ASL FROSINONE**  
Consultorio Familiare di Frosinone  
Viale Mazzini snc  
(presso il Distretto Sanitario B)  
**tel 0775 207295**

**ASL LATINA**  
Consultorio Familiare di Aprilia  
(presso il Distretto 1)  
Via Giustiniano snc  
(lun-giov-ven 9,30-12,30)  
**tel 06 928634059**

**ASL RIETI**  
Consultorio  
Familiare di Rieti  
Via del Terminillo, 42  
**tel 0746 279421-6**

**ASL VITERBO**  
Consultorio Familiare di Viterbo  
Via Cardarelli  
**tel. 0761 244239**

