



## what to expect project

[Sociedad Interamericana de Cardiología \(SIAC\)](#) a través del consejo de cardiopatías en la mujer (MujerSIAC) y SIAComunidad, y la [Asociación Americana del Corazón \(AHA\)](#) unen esfuerzos con [What to Expect Project](#) para celebrar **#BumpDay 2022**.

El proyecto *What to Expect* creó el **#BumpDay** para crear conciencia sobre la necesidad de una atención equitativa para todas las madres, en todas partes, y abogar por cambios políticos que apoyen los embarazos seguros y los bebés sanos en todo el mundo.

A continuación, se presentan ejemplos de medios sociales para participar en el día mundial de la defensa de la salud materna.

### **Facebook/Instagram/LinkedIn**



#### **COMUNIDAD**

- El embarazo y el parto pueden poner en riesgo la salud cardíaca de la madre. En el mundo, cada día más de 800 mujeres mueren por complicaciones cardíacas. Este **#BumpDay**, reconocemos la necesidad de que las familias sean más saludables antes, durante y después del embarazo. 🗣️ **#CorazonDeMama**
- Es importante celebrar **#BumpDay** y la **#saluddelcorazón** de las madres. La hipertensión arterial, la preeclampsia y la diabetes gestacional durante el embarazo pueden aumentar en gran parte el riesgo de que una mujer desarrolle una enfermedad cardiovascular más adelante. Conozca sus riesgos. Infórmate aquí <https://www.goredforwomen.org/en/know-your-risk/pregnancy-and-maternal-health>
- Las enfermedades cardiovasculares contribuyen en gran medida a las tasas de mortalidad materna en todo el mundo. Hoy nos unimos al **#BumpDay** para apoyar sistemas de atención más fuertes para las nuevas familias. Perder la vida de una sola madre, es demasiado. ❤️ **#CorazonDeMama**
- Corazones sanos = embarazos sanos = futuros más sanos para todos. 🌍❤️ Publica una foto de tu embarazo (pasado o presente, tuyo o de un ser querido) con la etiqueta **#BumpDay** y **#CorazonDeMama** para concienciar sobre las enormes disparidades en la atención sanitaria materna. Todas las madres, independientemente de su situación, se merecen la atención sanitaria materna que necesitan para tener un embarazo, un parto y un futuro sanos y seguros para ellas y sus bebés.

- Toda mujer que tuvo un diagnóstico de diabetes gestacional debe recibir educación después del parto sobre el riesgo futuro de desarrollar diabetes tipo 2 y enfermedades cardíacas. #BumpDay #CorazonDeMama Visita [Guía de práctica de la Sociedad Interamericana de Cardiología sobre prevención primaria de Enfermedad Cardiovascular en la Mujer.](#)


## **Facebook/Instagram/LinkedIn**

### **HEALTH PROFESSIONALS & ADVOCACY**

- Las enfermedades cardiovasculares contribuyen en gran medida a las tasas de mortalidad materna en todo el mundo. Hoy nos unimos al #BumpDay para apoyar sistemas de atención más fuertes para las nuevas familias. Perder la vida de una sola madre, es demasiado. ♥
- Los trastornos  hipertensivos asociados al embarazo, son la complicación médica más frecuente, afecta el 5-10% de los embarazos  en el mundo. Son la principal causa de morbilidad y mortalidad materna, fetal y neonatal. #BumpDay #CorazonDeMama  
Para más información visita [Guía de práctica de la Sociedad Interamericana de Cardiología sobre prevención primaria de Enfermedad Cardiovascular en la Mujer.](#)
- Para poder establecer el riesgo cardiovascular ♥ en las mujeres, en la consulta médica debe indagarse por historia de trastornos hipertensivos  asociados al embarazo (THAE). Las mujeres con antecedente de THAE tienen aumento del riesgo cardiovascular y se recomienda consultas periódicas, estilo de vida saludable y control estricto de los factores de riesgo si estuvieran presentes. #BumpDay #CorazonDeMama Para más información visita [Guía de práctica de la Sociedad Interamericana de Cardiología sobre prevención primaria de Enfermedad Cardiovascular en la Mujer.](#)
- Entre las estrategias para la prevención se encuentran: reconocer a las pacientes con mayor riesgo, realizar un diagnóstico temprano, y controles regulares de presión arterial  y laboratorio durante todo el embarazo  #BumpDay #CorazonDeMama. Para más información visita [Guía de práctica de la Sociedad Interamericana de Cardiología sobre prevención primaria de Enfermedad Cardiovascular en la Mujer.](#)

## **Twitter**


### **COMUNIDAD**

- El embarazo y el parto pueden poner en riesgo la salud del corazón, pero muchas muertes asociadas al embarazo pueden evitarse. Nos unimos al #BumpDay para celebrar las mejoras en la salud materna y la salud de las familias antes, durante y después del  #CorazonDeMama
- ¿Sabías que?  La presión arterial ↑ y el nivel ↑ de azúcar en la sangre durante el embarazo pueden provocar enfermedades ♥. Las mujeres con enfermedades ♥ durante el embarazo fueron infradiagnosticadas. #BumpDay #CorazonDeMama

- Todas las madres, sea cual sea su situación, merecen la asistencia sanitaria materna adecuada para tener un embarazo, un parto y un futuro sanos y seguros para ellas y sus bebés. #BumpDay #CorazonDeMama 🧑
- Corazones sanos = embarazos sanos = futuros más sanos para todos. 🌍❤️ Publica una foto de tu embarazo (pasado o presente, tuyo o de un ser querido) con el #BumpDay y #CorazonDeMama para crear conciencia sobre las enormes disparidades en la atención sanitaria materna.

## Twitter

### HEALTH PROFESSIONALS & ADVOCACY

- Los trastornos  hipertensivos asociados al embarazo, son la complicación médica más frecuente, afecta el 5-10% de los embarazos  en el mundo. Son la principal causa de morbilidad y mortalidad materna, fetal y neonatal. #BumpDay #CorazonDeMama
- ¿Sabías que? Las mujeres con diabetes gestacional tienen el doble de riesgo de graves eventos cardíacos en los años después del parto. #BumpDay #CorazonDeMama Visita [Guía de práctica de la Sociedad Interamericana de Cardiología sobre prevención primaria de Enfermedad Cardiovascular en la Mujer.](#)

Imágenes:

[WTEP Images](#)



(Se añadirán más imágenes)

Para compartir el contenido con nuestros canales, visite:

### Facebook

<https://www.facebook.com/SIAC.cardio> (SIAC - Médicos)

<https://www.facebook.com/SIAComunidad> (SIAComunidad - para la comunidad)

<https://www.facebook.com/yourethecure/>

<https://www.facebook.com/goredforwomen>

<https://www.facebook.com/WhatToExpectProject>

**Twitter**

[https://twitter.com/SIAC\\_cardio](https://twitter.com/SIAC_cardio) (SIAC - Médicos)

<https://twitter.com/SIACComunidad> (SIAC- para la comunidad)

<https://twitter.com/AmHeartAdvocacy>

<https://twitter.com/GoRedForWomen>

[https://twitter.com/WTE\\_Project](https://twitter.com/WTE_Project)

**Instagram**

<https://www.instagram.com/siac.cardio/> (Instagram)

<https://www.instagram.com/goredforwomen/>

**Linkedin**

<https://www.linkedin.com/in/sociedad-interamericana-de-cardiologia-1b6b1a78/>

<https://www.linkedin.com/company/what-to-expect-project/>