Duelo por pérdida gestacional

Tu pérdida merece ser reconocida.



¿Qué es?

La pérdida de un embarazo puede traer dolor por el vínculo, los planes y el futuro que imaginabas. Su importancia no se mide por las semanas de gestación.

Lo que puedes sentir

Tristeza, enojo, culpa, confusión o vacío. No necesitas justificar tu dolor. Cada persona puede vivirlo y expresarlo de manera distinta.

¿Qué puede ayudarte?

Buscar información y seguimienito con tu equipo de salud. Dar espacio a tus emociones y compartirlas con alguien que escuche sin minimizar tu experiencia.

Para la pareja y la familia

Evita frases como “puedes intentarlo otra vez”. Ofrece compañía y ayuda concreta. Respeta si la persona desea hablar, guardar silencio o recordar de una forma especial.

Lo que esperabas y lo que sientes merecen un lugar.

Lift Up My Hands

Acompañamos con esperanza a quienes enfrentan una pérdida.

liftupmyhands.com • 956-442-2093

El acompañamiento no sustituye la atención profesional.