

Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19): el embarazo y el parto

Si está embarazada o tuvo un bebé recientemente, es probable que tenga muchas preguntas sobre cómo la COVID-19 puede afectarlos a usted y a su hijo. Los investigadores aún están estudiando cómo afecta el virus a mujeres embarazadas y a bebés. A continuación encontrará información para trabajar en conjunto con su equipo de atención médica.

¿Cuáles son los riesgos de contraer COVID-19 durante el embarazo?

Los investigadores no saben si las mujeres embarazadas tienen mayor probabilidad de contraer COVID-19. Sin embargo, el embarazo puede producir alteraciones en el sistema inmune que pueden hacer que una enfermedad viral sea más grave. Debe tener mayor cuidado para evitar enfermarse durante este período. Estos cuidados incluyen los siguientes:

- Use barbijo en lugares públicos.
- Lávese las manos con frecuencia.
- Use desinfectante de manos cuando no tenga acceso a agua y jabón.
- Permanezca al menos a aproximadamente 2 metros (6 pies) de distancia de toda persona que no forme parte de su núcleo familiar.
- Evite el contacto con cualquier persona que esté enferma.
- Limpie y desinfecte con frecuencia las superficies de mayor contacto a diario.
- No viaje a menos que sea urgente.

¿Cuáles son los riesgos para el bebé?

Los investigadores no saben con exactitud cuáles son los riesgos de la COVID-19 en los bebés. Estas son algunas cuestiones que sí conocen:

- La fiebre alta causada por cualquier motivo durante el primer trimestre del embarazo puede incrementar los riesgos de algunas anomalías congénitas. Comunique a su proveedor de atención médica si tiene fiebre. Su proveedor la ayudará a reducir la fiebre.
- Hay solo unos pocos casos de bebés infectados con COVID-19 durante los primeros días de vida. A pesar de esto, los investigadores no saben si los bebés contrajeron el virus mientras estaban en la matriz materna, durante el parto o posterior a ello.
- Se han dado casos de algunos nacimientos prematuros o con bajo peso en presencia de otros tipos de coronavirus, como el MERS y el SARS de 2003. Pero los expertos aún no saben si constituyen un riesgo en el caso de la COVID-19.
- También hubo casos de abortos espontáneos y de muerte fetal con el MERS y con el anterior SARS. Pero los expertos aún no saben si constituyen un riesgo en el caso de la COVID-19.

¿Es seguro continuar con las consultas médicas?

Es posible que su proveedor de atención médica cambie algunas de las consultas por una llamada telefónica o una videollamada. Si necesita realizar un análisis de sangre, un ultrasonido o cualquier otro examen personalmente, es probable que deba hacerlo sin su pareja. Use barbijo y desinfectante para manos y, durante la visita, siga todas las indicaciones del personal de salud médico para protegerse del virus. Si tiene algún síntoma de COVID-19, llame al consultorio médico antes de ir a la consulta. Le darán las instrucciones por seguir.

¿Qué sucede si alguien en mi casa tiene síntomas de COVID-19?

Si su pareja o alguna persona del núcleo familiar tienen síntomas de COVID-19, esa persona debe autoaislarse. Esto significa que debe permanecer en una parte de la casa alejada del resto de las personas. No debe compartir comida, toallas, sábanas ni demás artículos personales. Limpie con frecuencia las superficies de uso común, como picaportes y mesadas. Si su pareja está enferma y usted se encuentra cerca de la fecha de parto, consulte a su proveedor de atención médica qué hacer cuando comience el trabajo de parto. Es posible que le den indicaciones específicas.

¿Es seguro dar a luz en un hospital o en un centro de maternidad?

Los establecimientos médicos están tomando varias medidas de seguridad para proteger a las personas de la COVID-19. Hable con su proveedor de atención médica acerca del hospital o del centro de maternidad al que piensa asistir. Consulte dónde y cómo se protegen a las mujeres embarazadas, a las parejas y a los bebés. Tenga en cuenta que el programa de parto puede sufrir alguna alteración.

Si tiene COVID-19 y está en trabajo de parto, llame a su proveedor de atención médica y a la unidad de partos antes de ir. El hospital o el centro de maternidad tomará las medidas necesarias para proteger a las personas a su alrededor de una posible infección. Deberá usar un barbijo médico. Es posible que esté en una habitación especial para ayudar a prevenir la propagación de la infección. Es posible que el bebé esté en una habitación separada luego del nacimiento. Consulte al hospital sobre qué debe esperar si está embarazada y tiene COVID-19.

Es probable que deba limitar la cantidad de visitas en el hospital antes y después del nacimiento. Esto es importante para reducir el riesgo de infección de cualquier persona en el hospital. Siga todas las indicaciones del personal médico, incluso las indicaciones sobre qué preparativos hacer en su casa para cuando usted y el bebé regresen.

¿Es seguro dar a luz en casa?

Los riesgos de un parto domiciliario varían en cada mujer y en cada embarazo. Hable con su equipo de atención médica sobre los beneficios y los riesgos en su embarazo. Un parto domiciliario en estos tiempos puede significar que el servicio de emergencias se retrase. Si pensaba dar a luz en un hospital o en un centro de maternidad, es posible que el proveedor de atención médica le diga que eso sigue siendo lo más seguro.

¿Es seguro cargar al bebé y amamantarlo?

No se ha encontrado el virus de la COVID-19 en la leche materna. No obstante, el virus puede propagarse por medio de la tos, los estornudos y el habla. Si tiene o podría tener COVID-19, use un barbijo mientras carga al bebé o lo amamanta. Lávese las manos con frecuencia cuando cuide al bebé. Es posible que su proveedor le aconseje que se extraiga leche materna para que su pareja alimente al bebé. Lávese las manos antes y después de utilizar el extractor de leche. Si tiene COVID-19 y quiere alimentar a su bebé con leche materna, hable con su proveedor de atención médica sobre cuál es el mejor modo de hacerlo para proteger al bebé.

¿Cómo puedo cuidar del bebé (luego del alta médica) si soy portadora del virus de la COVID-19?

Deberá autoaislarse para limitar el contacto con el bebé. Deberá usar barbijo y ropa limpia cuando cargue al bebé o lo alimente. Puede extraerse leche materna y conservarla para mantener la producción de leche hasta que ya no pueda contagiar, aproximadamente de 7 a 10 días. Si no, puede extraerse leche y que su pareja utilice esa leche para alimentar al bebé.

¿Es seguro que las visitas vean al bebé o ayuden a cuidarlo?

Para mayor seguridad, es preferible limitar las visitas, especialmente de aquellas personas que hayan viajado recientemente. Las personas que viajaron tienen un riesgo mayor de ser portadores del virus. Solamente los familiares más cercanos deberían estar en contacto directo con el bebé. Las visitas deben usar barbijos y mantenerse al menos a aproximadamente 2 metros (6 pies) de distancia de usted y del bebé. También es aconsejable limitar el contacto de personas que tengan riesgo alto de presentar problemas al contraer la COVID-19. Esto incluye a adultos mayores y a personas con ciertas afecciones de salud.

Si alguna visita debe cargar al bebé, primero deberá lavarse las manos. Envuelva al bebé con una manta y luego quítela. La visita deberá lavarse las manos posteriormente. Las visitas deberán evitar besar y tocar la cara del bebé. No es necesario que las personas de la familia cercana realicen esto, a menos que estén enfermos.

Las personas del núcleo familiar deberán limitar el contacto con otras personas y lavarse las manos antes de tocar al bebé.

¿Cuándo debe llamar a su proveedor de atención médica?

Si está embarazada y tiene síntomas de COVID-19, llame de inmediato a su proveedor de atención médica. Este le realizará preguntas sobre su salud. Es posible que le aconsejen permanecer en su casa y tratar los síntomas o que le aconsejen asistencia médica.

Fecha de última modificación: 8/4/2020