



El Conocimiento es poder, especialmente cuando se trata de mejorar la salud

¡Recuerda, no hay preguntas tontas!

Información al día para mujeres que deseen quedar embarazadas, que planean dar a luz en la Clínica de Maternidad de CASA, que han dado a luz recientemente y para cualquier mujer embarazada interesada en educarse sobre COVID-19



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

San Miguel de Allende, Guanajuato, 11 de abril de 2020

Primera Edición:

Esta publicación está basada en el formato y la información proporcionada por el Royal College of Obstetricians & Gynecologists en su sitio web rcog.org.uk:

"Infección por coronavirus y embarazo / Información para mujeres embarazadas y sus familias"

Esperamos que este manual sea útil para las mujeres, sus familias y amigos; esperamos que otros profesionales de la salud no duden en adaptar esta información a su entorno de atención médica. Hemos producido este manual pensando en todas las mujeres en México, pero principalmente en las que han recibido o van a recibir servicios de la Clínica de Maternidad de CASA, que pertenece a la asociación civil no lucrativa CASA y proporciona servicios gratuitos y de bajo costo con un enfoque integral.

Agradecemos al Dr. Francisco Posadas Robledo, Dra. Ana María Carrillo Fargo y a las parteras Sabrina Speich von Escher, Ximena Rojas García y Kate Formeta por su inestimable ayuda en la elaboración de este documento, y a nuestro voluntario Alejandro González Rullan. Agradecemos cualquier sugerencia sobre cómo mejorar este documento. Si alguien tiene una pregunta específica, puede dirigirse a: cadavidavaleigual@gmail.com o al teléfono (415) 152 61 81 de la Clínica de Maternidad de CASA.

Partera profesional Gabriela Cárdenas

Cédula profesional 9709836 SSG 2540

Dra. Juana Martha Lugo Licea

Cédula profesional Gral. 2787215

Cédula especialidad 4301930



1. Información general y consejos para todas las mujeres embarazadas durante la pandemia de coronavirus

¿Qué efecto tiene la COVID-19 en las mujeres embarazadas?

En general, las mujeres embarazadas no parecen ser más propensas a sentirse peor que otros adultos sanos si desarrollan el nuevo coronavirus. Se espera que la gran mayoría de las mujeres embarazadas experimenten sólo síntomas leves o moderados como resfriado o gripe.

Los síntomas más graves, como la neumonía, parecen ser más comunes en las personas mayores y en aquellas con sistema inmune debilitado o afecciones crónicas. Hasta el momento no hay evidencia de que las mujeres embarazadas que contraen esta infección corran más riesgo de complicaciones graves que cualquier otra persona sana.

Si cree que puede tener síntomas de COVID-19 como fiebre, tos, cefalea y se siente mal, hay que quedarse en casa, y ponerse en contacto con las autoridades indicadas ya sean las de su estado o del nivel federal. La Clínica de CASA se encuentra localizada en el estado de Guanajuato y la mayoría de nuestra clientela es de la región. Usted puede consultar la página de web: <https://coronavirus.guanajuato.gob.mx/> para obtener información y donde encontrará dos líneas 800, una es del estado (800 627 25 84) y la otra de nivel federal (800 00 44 800). Usted debe llamar a las autoridades del estado donde vive.

En la Clínica de Maternidad de CASA atendemos mujeres de diferentes entidades como: Querétaro, Ciudad de México, San Luis Potosí y de otros estados; repetimos la importancia de comunicarse con las autoridades de salud del estado donde una vive.

Si desarrolla síntomas más graves como dificultad para respirar o su recuperación se retrasa, esto puede ser una señal de que está desarrollando una infección torácica más importante que requiere atención especializada. Nuestro consejo es: Debe comunicarse con el equipo de atención de maternidad de CASA o usar los servicios en línea de la Secretaría de Salud o de IMSS o ISSSTE de su estado.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

¿Qué efecto tendrá el coronavirus en mi bebé si me diagnostican la infección?

Como se trata de un virus muy nuevo, apenas estamos comenzando a conocerlo. No hay evidencia que sugiera un mayor riesgo de aborto espontáneo.

La evidencia emergente sugiere que la transmisión de la madre al bebé durante el embarazo o el parto (transmisión vertical) es posible.

Transmisión vertical quiere decir que un agente causante de la enfermedad (patógeno) puede pasar de la madre al bebé durante el período, antes y después del nacimiento. La transmisión puede ocurrir a través de la placenta, en la leche materna y por contacto directo durante o después del nacimiento.

Es importante enfatizar que en todos los casos reportados de recién nacidos que contrajeron infección por coronavirus muy poco tiempo después del nacimiento, el bebé se encuentra bien. Dada la evidencia actual, se considera poco probable que si el bebé se infecta por el virus tenga problemas en desarrollo su posterior, y hasta la actualidad no se ha observado ninguno.

Algunas mujeres con síntomas de la COVID-19 en China dieron a luz prematuramente. No está claro si la enfermedad causó el parto prematuro, o si se recomendó que el bebé naciera antes de tiempo para preservar la salud de la madre.

Actualizaremos nuestra información tan pronto como haya algún cambio en la evidencia.



¿Qué puedo hacer para reducir mi riesgo de contraer coronavirus?

Lo más importante es que las mujeres embarazadas y el resto los habitantes del hogar sigan estas indicaciones:

- ✓ Quédese en casa.
- ✓ Lávese frecuentemente las manos.
- ✓ Use un pañuelo de papel cuando usted o alguien de su familia tosa o estornude, deséchelo y lávese las manos.
- ✓ Evite el contacto con alguien que muestre síntomas de coronavirus. Estos síntomas incluyen alta temperatura o tos seca y continua.
- ✓ Evite el uso no esencial del transporte público, cuando sea posible.
- ✓ Trabaje desde casa, cuando sea posible.
- ✓ Evite las reuniones grandes y pequeñas en casa o espacios públicos; tenga en cuenta que los bares, restaurantes, centros de ocio y lugares similares están cerrados actualmente, ya que las infecciones se propagan fácilmente en espacios cerrados donde las personas se reúnen.
- ✓ Evite reuniones con amigos y familiares; manténgase en contacto utilizando tecnología como teléfono, internet y redes sociales.
- ✓ Use los servicios telefónicos o en línea para comunicarse con su partera o médico u otros servicios esenciales.

¿Por qué las mujeres embarazadas están en un grupo vulnerable?

De acuerdo con la evidencia que tenemos hasta ahora, las mujeres embarazadas aún no tienen más probabilidad de contraer coronavirus que la población general. Lo que sí sabemos es que, el embarazo en una pequeña proporción de mujeres puede alterar la forma en que su cuerpo maneja las infecciones virales graves. Esto es algo que las parteras y obstetras conocen desde hace muchos años, por lo que están acostumbrados



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

a tratarlas. Hasta el momento, no hay evidencia de que las mujeres embarazadas que contraen la COVID-19 tengan más riesgo de complicaciones graves que cualquier otra persona sana.

Lo que ha impulsado las decisiones tomadas por los funcionarios de colocar a las mujeres embarazadas en la categoría vulnerable es la precaución. Sabemos que algunas infecciones virales son más graves en mujeres embarazadas. Por el momento, no hay evidencia de que este sea el caso de la infección por coronavirus, pero la cantidad de evidencia disponible aún es bastante limitada.

Si estoy embarazada, ¿qué debo hacer?

Esperamos que esté contenta de estar embarazada. Sin embargo, sabemos que muchos embarazos no son planificados o deseados y que todavía en el siglo XXI el manejo de nuestra vida sexual y nuestra salud reproductiva es complicado. Es importante que sepa que en CASA siempre estamos dispuestos a escuchar sin juzgar, y que es normal tener sentimientos encontrados frente de un embarazo deseado o no deseado.

En este tiempo de crisis de salud pública y como precaución, es importante que todos sigamos los consejos del gobierno sobre el distanciamiento social; le sugerimos alejarse de lugares públicos y evitar a cualquiera que tenga síntomas sugestivos de la COVID-19.

Si está en su tercer trimestre (más de 28 semanas de embarazo), debe estar particularmente atenta a mantener distanciamiento social y minimizar cualquier contacto con otras personas.

Lo más importante es quedarse en casa. Solo salga por comida, razones de salud o trabajo (únicamente si no puede trabajar desde casa).

Si sale, manténgase a 2 metros (6 pies) de distancia de otras personas en todo momento, y lávese las manos tan pronto como llegue a casa. No debe estar cerca de otros (ni siquiera amigos o familiares) solamente con las personas con quienes vive. Todos podemos propagar la enfermedad, incluso si no tenemos síntomas.

¿Puedo viajar si estoy embarazada?



Es preferente en este momento, que la embarazada no viaje.

2. Consejos para todas las mujeres embarazadas sobre la atención prenatal durante la pandemia de coronavirus

¿Debo asistir a mis citas prenatales y postnatales?

Sí. Es realmente importante que se ponga de acuerdo con su partera y que tenga continuidad de cuidado. La atención de maternidad es esencial y se ha desarrollado durante muchos años para reducir las complicaciones en madres y bebés. Existe un riesgo potencial de daño para usted y su bebé si no asiste a sus citas, incluso en el contexto de la epidemia. Puede ser que usted y su partera decidan tener menos consultas prenatales y llevar a cabo algunas por teléfono.

Si tiene síntomas de una posible infección por coronavirus, debe comunicarse con su partera para posponer las visitas de rutina hasta después de que termine el período de aislamiento. En este momento, es particularmente importante que ayude a su equipo de maternidad a cuidarla. Si ha cancelado o retrasado una cita y no está segura de su próxima consulta, es necesario que hable directamente con su partera o con la recepción de la Clínica de Maternidad de CASA para aclarar esta situación (tel. 415 15 2 61 81).

Los siguientes consejos prácticos pueden ser útiles:

- ✓ Algunas consultas pueden realizarse por teléfono o mediante videoconferencia, siempre que exista una expectativa razonable de que no se necesitan observaciones, como la presión arterial u otras pruebas.
- ✓ La partera debe medir su “fondo uterino” alrededor de las 26 semanas de embarazo, a menos que se encuentre en el período recomendado de aislamiento.
- ✓ Si pierde una cita y no ha tenido noticias de su equipo de maternidad, comuníquese con ellos para reagendar la cita.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

Cualquiera que sea su situación personal, considere lo siguiente:

- ✓ Si tiene un problema urgente relacionado con su embarazo, pero no con la COVID-19, póngase en contacto con su partera.
- ✓ Si tiene síntomas sugestivos de infección por coronavirus, comuníquese con su partera por teléfono; no en persona.
- ✓ Se le pedirá que mantenga al mínimo el número de personas que la acompañen a las citas; de preferencia una sola persona. Es probable que esta persona pueda observar la consulta, pero no entrar al consultorio. Por favor, no lleve a sus niños con usted a las citas, para ayudar a controlar las infecciones y contribuir a mantener al personal a salvo de la transmisión.

¿Qué debo hacer si tengo fiebre o temperatura cuando estoy embarazada?

Si tiene temperatura corporal elevada, tos, o ambas, durante el embarazo, puede hablar por teléfono o mandar mensaje a su partera para obtener consejos sobre el aislamiento que debe seguir de acuerdo con las regulaciones actuales. Sin embargo, también debe estar atenta a otras posibles causas de fiebre en el embarazo. Estas incluyen infecciones de orina (cistitis) y ruptura de la bolsa de aguas o membranas. Si tiene ardor o molestia al orinar, cualquier flujo vaginal inusual o siente alguna inquietud sobre los movimientos de su bebé, comuníquese con su partera, quien podrá brindarle más consejos o pedir una interconsulta con uno ginecólogo de la Clínica de Maternidad de CASA.



3. Información para todas las mujeres embarazadas sobre las alternativas para dar a luz, y el personal que puede atenderlas durante la pandemia de COVID-19.

¿Qué impacto tendrá la infección por coronavirus en mi embarazo?

En la Clínica de CASA en esta temporada de mayor cuidado, se están llevando a cabo más consultas y clases de preparación para el parto por teléfono o por enlace de video, cuando es apropiado, para que no tenga que viajar innecesariamente al hospital. Sin embargo, algunas visitas en persona a una partera son esenciales, y es importante para su bienestar y el de su bebé que asista a éstas para tener controles de rutina. Ya se ha mencionado que hay unas restricciones en cuestión de visitantes, normalmente una o más personas pueden pasar con la embarazada a su consulta prenatal pero ahora no siempre va a ser posible.

Seguimos ofreciendo servicios de laboratorio, ultrasonido y ginecología, pero cosas de rutina se están posponiendo. La Clínica de CASA normalmente ofrece parto en agua, pero se ha tomado la decisión de no ofrecer este servicio durante esta etapa de la pandemia de COVID-19.

Realmente, la epidemia no debería tener “impacto” en su embarazo de bajo riesgo o en la calidad de cuidado que reciba. Los pequeños cambios que se han implementado en la Clínica de CASA son para aumentar la seguridad de los trabajadores y pacientes. Básicamente el equipo interdisciplinario sigue trabajando de manera “normal”, o sea, dedicado al derecho de la mujer a decidir dónde, con quién y cómo quiere dar a luz. Las parteras tradicionales y profesionales de CASA son especialistas en embarazo y parto de bajo riesgo, y otros especialistas en CASA, como ginecólogos son expertos en embarazo y parto de alto riesgo. Todos estos profesionales siguen trabajando para garantizar que las mujeres reciban apoyo y atención de manera segura durante el embarazo, el parto y el periodo posterior.

El equipo de CASA sigue en una colaboración muy cercana con el sistema público de salud. Ahora durante esta pandemia cuando habrá presiones adicionales sobre los servicios de salud, CASA y las autoridades de salud del nivel jurisdiccional, estatal y federal tienen todavía más comunicación constante. Obviamente los servicios de maternidad son absolutamente esenciales los 365 días al año y requieren de una colaboración interinstitucional constante.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

¿Mis opciones para dar a luz se verán afectadas por la pandemia de COVID-19?

Tomar decisiones sobre dónde, con quién y cómo dar a luz bajo circunstancias “normales” puede ser estresante. Entendemos que este puede ser un momento todavía más angustioso y agobiante para quien está embarazada y va a dar a luz en los siguientes meses. El equipo de la Clínica de CASA está trabajando las 24 horas en este momento para poder manejar presiones adicionales; por ejemplo, habilitar un área aislada para mujeres que llegan a urgencias en expulsión, o tienen que dar a luz en CASA y quizás sean sospechosas de padecer COVID-19.

En general y en este momento la política de la Clínica, por ser una clínica de primer nivel o una posada de nacimiento, sigue siendo la de atender solamente a mujeres de bajo riesgo, y nadie con un diagnóstico positivo ni sospechosa de padecer COVID-19 puede ser considerada de bajo riesgo. La meta de la Clínica es facilitar la elección de las mujeres de bajo riesgo, en particular en el parto natural y el acompañamiento

Si ha elegido con su partera dar a luz en el hogar, se puede seguir este plan para el nacimiento siempre y cuando no haya ninguna contraindicación. Estamos listos para las urgencias con la disponibilidad de servicios de ambulancia para permitir el traslado rápido al hospital, y la cantidad adecuada de personal para mantenerla a salvo.

¿Podré tener a mi pareja u otra persona conmigo durante el trabajo de parto y el parto?

Sí, debe alentarse a tener un ser querido presente durante el trabajo de parto y el parto. La evidencia muestra que tener alguien de confianza, aparte de la partera, presente durante el parto marca una diferencia significativa en la seguridad y el bienestar de las mujeres en el mismo. Normalmente en la Clínica de CASA está permitido que varias personas acompañen a la mujer en su parto, pero debido a la contingencia, en este momento solamente se permite la presencia de una persona.

Si la persona que ha sido escogida para entrar a su parto tiene síntomas de infección por coronavirus, no se le permitirá ingresar al cuarto donde la mujer va a dar la luz, para salvaguardar tanto la salud de la mujer y del personal de maternidad que la apoya.



¿Podré tener a mi pareja o a otra persona conmigo si me inducen o si tengo una cesárea¹ en un quirófano?

La inducción del parto es la estimulación de las contracciones uterinas durante el embarazo antes de que el parto comience por sí solo para lograr un parto vaginal. Un proveedor de atención médica puede recomendar la inducción del parto por varias razones, principalmente cuando hay preocupación por la salud de la madre o la del bebé. Es muy inusual que una partera o médico de CASA induzca el parto, y no es una razón para que un compañero de parto tenga que dejar sola a la mujer que está realizando trabajo de parto.

En la Clínica de CASA ya no se hacen cesáreas, y desafortunadamente en la gran mayoría de los hospitales públicos y privados de México, a la mujer no se le permite tener un familiar o amigo a su lado cuando pasa por una cesárea.

¿Hay algún consejo particular para los parientes de la embarazada durante la pandemia de coronavirus?

Durante la pandemia de COVID-19, todos los hospitales están restringiendo las visitas, pero hay excepciones para un compañero durante el trabajo de parto y el parto. Toda mujer debería poder tener a un ser querido a su lado en esos momentos.

1 NOTA. Durante 20 años CASA manejó un hospital de maternidad con funcionamiento de quirófanos, y mantuvo su tasa de cesáreas por abajo de 16%. Durante los últimos años la Clínica de CASA ha funcionado como una “posada de nacimiento” o un centro de parto donde se brinda atención bajo el modelo de partería y bienestar. Un centro de partos no es un hospital; no cuenta con quirófanos. Los resultados de la Clínica de Maternidad de CASA han sido buenos: en total, ha atendido más de 10,000 nacimientos, y la tasa de traslado ha sido de 4% durante los últimos 4 años; o sea, solamente 4% de las mujeres que han empezado su trabajo de parto en CASA han tenido que ser trasladadas a un hospital por complicaciones; otros datos y resultados están disponibles al público.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

Para ayudar a prevenir la propagación de la infección por coronavirus a otras madres, a sus bebés y al personal de atención médica, es muy importante que usted no asista a la Clínica de CASA si tiene algún síntoma de la misma, o si lo ha tenido en los últimos 7 días.

Si no se encuentra bien, proteja a su familia y a nuestro personal, y quédese en casa. Para prepararse para esto, se alienta a las mujeres y sus parejas a pensar en una persona alternativa para que la acompañe si es necesario.

Si está apoyando a una mujer durante el trabajo de parto y el parto, tenga en cuenta los estrictos procedimientos de control de infecciones para prevenir la propagación de la COVID-19 a las mujeres embarazadas y a sus bebés, así como a otras personas vulnerables y al personal.

Lávese las manos regularmente con agua y jabón y use gel desinfectante para manos en las áreas clínicas disponibles. Si tose o estornuda, cubra su boca con un pañuelo desechable y deséchelo de inmediato en un recipiente.

Si le piden que use algún equipo de protección personal (EPP), siga las instrucciones, por favor. El equipo de CASA hará todo lo posible para que pueda estar presente para el nacimiento.

4. Consejos para mujeres embarazadas con sospecha o confirmación de infección por coronavirus

¿Qué debo hacer si creo que puedo tener coronavirus o puedo haber estado expuesta?

Si está embarazada y tiene:

SINTOMAS DE CORONAVIRUS.



- ✓ FIEBRE (mayor de 38 grados C)
- ✓ TOS SECA (recién adquirida)
- ✓ PÉRDIDA DEL OLFATO

El contacto con personas a las que se les confirmó el diagnóstico con prueba de laboratorio obliga a la embarazada a realizarse la prueba después de 48 horas o con la aparición de síntomas. El periodo de incubación (desde la infección hasta que aparecen síntomas es de 2 a 14 días.)

Se recomienda:

- ✓ Reposo en su domicilio.
- ✓ Medidas de aislamiento.
- ✓ Lavado de manos.
- ✓ Distancia mínima de 2 metros con cualquier persona. NO AL CONTACTO FÍSICO.
- ✓ Control de fiebre solo con acetaminofén. Ningún otro medicamento. (Dosis prescrita por su partera o médico).
- ✓ Dieta normal. Abundantes líquidos. HIDRATACIÓN.
- ✓ Informar a su partera que tiene síntomas.

LLAMAR A SU PARTERA O MÉDICO SI:

- ✓ LOS SÍNTOMAS NO MEJORAN DESPUÉS DE 7 DÍAS
- ✓ TIENE DIFICULTAD PARA RESPIRAR

Es posible que en estos casos tenga que acudir a la unidad hospitalaria.

Si tiene inquietudes sobre su bienestar o el de su bebé por nacer durante su período de autoaislamiento, comuníquese con su partera o, fuera de horario, con su equipo de maternidad. Le proporcionarán más consejos, incluso si necesita ir al hospital.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

¿Cómo se me hará la prueba de infección por coronavirus?

Los procedimientos para diagnosticar una infección por coronavirus están cambiando rápidamente. Por el momento solo se evaluará a las personas que cumplan con la definición operacional vigente

Actualmente, la prueba consiste en tomar muestras de hisopos de la boca y la nariz. También es posible que le pidan toser esputo (una mezcla de saliva y moco).

¿Qué debo hacer si tengo un resultado positivo para la COVID-19?

- ✓ Si la prueba de COVID-19 es positiva, debe comunicarse con su partera o equipo prenatal para informarles sobre su diagnóstico.
- ✓ Si no tiene síntomas o solo tiene síntomas leves, se le recomendará que se recupere en casa.
- ✓ Si tiene síntomas más graves, podría recibir tratamiento en el hospital.
- ✓ Si está a punto de parir, por el diagnóstico deberá parir en un hospital.

¿Por qué me podrían pedir que me aíle a mí misma (en lugar de reducir el contacto social)?

- ✓ El coronavirus es altamente contagioso.
- ✓ En casos leves se recomienda aislarse en casa para evitar más contagios.



¿Qué debo hacer si me piden que me aíle?

- ✓ Si vives con otras personas, éstas deben quedarse en casa durante al menos 14 días, para evitar propagar la infección fuera del hogar.
- ✓ No ir a la escuela o al trabajo.
- ✓ No utilizar el transporte público.
- ✓ Quedarse en casa y no permitir visitas.
- ✓ Ventilar las habitaciones donde están, abriendo una ventana.
- ✓ Separarse lo más posible de otros miembros de su hogar, usando sus propias toallas, vajilla y utensilios, y comiendo en diferentes momentos.
- ✓ Use amigos, familiares o servicios de entrega para hacer compras, pero aconseje que dejen los artículos afuera.
- ✓ Es posible que desee considerar rutinas de acondicionamiento físico en línea para mantenerse activa, como yoga para la embarazada o pilates.

¿Puedo seguir asistiendo a mis citas prenatales si estoy en aislamiento?

Debe comunicarse con su partera, médico o clínica prenatal para informarles que actualmente se encuentra en autoaislamiento por COVID-19 confirmado, y solicitar asesoramiento sobre cómo acudir a las citas prenatales de rutina.

Es probable que las citas prenatales de rutina se retrasen hasta que termine el aislamiento. Si su partera o médico le informa que su cita no puede esperar, se harán los arreglos necesarios para que la atiendan.

Por ejemplo, se le puede pedir que asista en un momento diferente o a una clínica diferente, para proteger a los demás.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

¿Cómo se manejará mi atención después de que me haya recuperado de la COVID-19?

Si se ha confirmado la infección por coronavirus, como medida de precaución se hará un ultrasonido al menos dos semanas después de su recuperación, para verificar que su bebé esté bien.

Si se ha recuperado de la enfermedad y la prueba sale negativa antes que inicie la labor de parto, puede parir como haya elegido. También puede parir con el acompañante que elija (mientras se encuentra bien) y en el lugar que elija.

¿Qué hago si me siento mal o si estoy preocupada por mi bebé durante el autoaislamiento?

Se aconseja a las mujeres embarazadas que se auto aíslen, que no asistan a las unidades de maternidad a menos que necesiten atención médica urgente.

Si tiene inquietudes sobre su bienestar o el de su bebé por nacer durante su período de autoaislamiento, comuníquese con su partera o, fuera de horario, con su equipo de maternidad. Le proporcionarán más consejos, incluso si necesita ir al hospital.

Si se le aconseja ir a la unidad de maternidad o al hospital, se les pedirá a las mujeres embarazadas que viajen en transporte privado o que utilicen el transporte del hospital, y que avisen a la recepción de la unidad de maternidad una vez que estén en el lugar, antes de ingresar al hospital.

Se sugiere utilizar cubrebocas y evitar tocarla o moverla con las manos, si lo hace debe lavarse las manos cada vez que esto suceda, se sugiere acomodarla con los cordones.

El cubrebocas no es indispensable si no hay personas cerca de usted.



¿El hecho de estar en aislamiento a causa de infección por coronavirus sospechoso o confirmado afectará el lugar donde voy a dar a luz?

Como medida de precaución, se aconseja a las mujeres embarazadas con el COVID-19 confirmado que cuando inicien su trabajo de parto acudan al hospital que les corresponda para el nacimiento; ahí se puede monitorear al bebé, usando monitoreo electrónico fetal continuo, y sus niveles de oxígeno se pueden monitorear también cada hora. Por el momento no es recomendado parir en casa durante el periodo de auto aislamiento.

Mantendremos este consejo continuamente actualizado a medida que surjan nuevas pruebas. Las unidades de maternidad en todas partes están trabajando las 24 horas en este momento para manejar presiones adicionales y facilitar las elecciones de las mujeres, lo mejor posible.

¿Estar en autoaislamiento por coronavirus sospechoso o confirmado afectará la forma en que voy a dar a luz?

EL NACIMIENTO DEBE SER NORMAL; SOLO SE MODIFICA POR INDICACIÓN OBSTÉTRICA. Actualmente no hay evidencia que sugiera que no puede dar a luz por vía vaginal o que sería más seguro tener una cesárea si sospecha o confirma infección por coronavirus, por lo que nadie puede obligarla a tener una cesárea por razones de sospecha o confirmación de la enfermedad.

Sin embargo, si su respiración (afección respiratoria) indica que su bebé necesita nacer con urgencia, se puede recomendar una cesárea.

No se recomienda dar a luz en agua si sospecha o confirma infección por coronavirus, ya que el virus a veces se puede encontrar en las heces. Esto significa que podría contaminar el agua y causar que la infección pasara al bebé. También puede ser más difícil para el personal de salud usar un equipo de protección adecuado durante un parto en el agua.

No hay evidencia de que las mujeres con sospecha de padecer COVID-19 o habiéndolo confirmado no puedan tener un bloqueo epidural o espinal.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

¿Qué sucede si inicio el trabajo de parto durante mi período de autoaislamiento?

Si inicia el trabajo de parto, debe llamar a su unidad de maternidad para recibir asesoramiento e informarles que sospecha o confirma una infección por coronavirus.

Si tiene síntomas leves, se le alentará a permanecer en casa (auto aislado) durante la primera etapa del parto, como de costumbre.

Se ha asesorado a su equipo de maternidad para poder garantizar que usted y su bebé reciban una atención segura y de calidad, en la que se respeten sus elecciones de nacimiento tanto como sea posible.

Cuando usted y su equipo de maternidad decidan que debe asistir a la unidad de maternidad, se aplicarán las recomendaciones generales sobre la asistencia al hospital.

Se le recomendará que asista al hospital en transporte privado siempre que sea posible, o llame a su partera para obtener asesoramiento.

La recibirán en la entrada de la unidad de maternidad y se le proporcionará una máscara quirúrgica, que deberá permanecer colocada hasta que esté aislada en una habitación adecuada.

Se organizarán pruebas de coronavirus

Si la unidad donde se le asista lo permite, su pareja de nacimiento podrá permanecer con usted durante todo el tiempo, pero los visitantes no estarán permitidos. El trance del parto con los jadeos puede incrementar el riesgo de contagio en personas cercanas o su pareja; por lo tanto, todos los presentes deben de usar EPP. Hay que lavarse las manos frecuentemente.



5. Consejos para mujeres con sospecha o confirmación de infección por coronavirus que han dado a luz recientemente

¿Podría transmitir enfermedad por coronavirus a mi bebé?

Como se trata de un virus nuevo, existe evidencia limitada sobre el cuidado de las mujeres con infección por coronavirus que acaban de dar a luz. Un pequeño número de recién nacidos han sido diagnosticados con COVID-19. Existe la posibilidad de que la transmisión de la infección haya ocurrido en el útero, pero también que haya tenido lugar poco después del nacimiento. Su equipo de maternidad mantendrá estrictas medidas de control de infecciones al momento de su parto, y vigilará de cerca a su bebé.

¿Se hará una prueba de detección de COVID-19 a mi bebé?

Si ha confirmado o sospecha que usted presenta infección por coronavirus, cuando nazca su bebé, los médicos que se especializan en el cuidado de los recién nacidos (médicos neonatales) lo examinarán y le aconsejarán a usted sobre su cuidado, o sobre la posible necesidad de realizarle pruebas adicionales.

¿Podré quedarme con mi bebé, es decir estar piel a piel si sospecho o confirmo la infección por coronavirus?

Sí, si esa es su elección. Siempre que su bebé esté bien y no requiera atención en la unidad neonatal, permanecerán juntos después del parto.

En algunos países, se ha aconsejado a las mujeres en que se ha confirmado infección por coronavirus que se separen de su bebé durante 14 días. Sin embargo, esto puede tener posibles efectos negativos en la alimentación y la vinculación. Debe haber una discusión sobre los posibles riesgos y beneficios entre usted y su familia, y los médicos que cuidan a su bebé (neonatólogos), para individualizar el cuidado de este.

Este manual puede cambiar a medida que aumenta nuestro conocimiento sobre la COVID-19.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

¿Podré amamantar a mi bebé si sospecho o confirmo infección por coronavirus?

Sí. No hay evidencia que muestre que el virus pueda transmitirse en la leche materna, mientras que los beneficios bien conocidos de la lactancia natural superan cualquier riesgo potencial de transmisión de la COVID-19 a través de la leche materna.

El principal riesgo de amamantar es el contacto cercano entre usted y su bebé, ya que si tose o estornuda podría emitir gotas que están infectadas con el coronavirus que podrían llevar a la infección del bebé después del parto.

Una discusión sobre los riesgos y beneficios de la lactancia materna debe tener lugar entre usted, su familia y su equipo de maternidad.

Esta guía puede cambiar a medida que aumenta nuestro conocimiento.

Cuando usted u otra persona alimente a su bebé, se recomiendan las siguientes precauciones:

- ✓ Lávese las manos antes de tocar a su bebé, al extractor de leche o a los biberones.
- ✓ Evite toser o estornudar sobre su bebé mientras lo amamanta.
- ✓ Considere usar una máscara facial mientras da pecho.
- ✓ Siga las recomendaciones para la limpieza del extractor de leche después de cada uso.
- ✓ Considere pedirle a alguien que esté bien de salud que alimente a su bebé con la leche extraída.

Si elige alimentar a su bebé con fórmula o leche extraída, se recomienda que siga estrictamente las pautas de esterilización. Si está extrayendo leche materna en el hospital, debe usar un extractor de leche.



Después del nacimiento, ¿hay algún riesgo mayor para mí o para mi bebé?

No hay evidencia de que las mujeres que hayan tenido un bebé recientemente y que por lo demás estén bien en salud corran un mayor riesgo de contraer infección por coronavirus. El sistema inmune de una mujer que acaba de tener su bebé es normal a menos que tenga otras formas de infección o enfermedad subyacente. Debe mantenerse bien alimentada con una dieta equilibrada, hacer ejercicio moderado cuando se sienta en forma, y asegurarse de seguir la orientación de distanciamiento social. Los niños, incluidos los recién nacidos, no parecen tener un alto riesgo de enfermarse gravemente a causa de este virus. Sin embargo, la observación cuidadosa de la higiene es, como siempre, importante, particularmente con los miembros de la familia que residen en la casa. Cualquier persona que ingrese a la casa debe tomar precauciones de higiene estándar, incluyendo lavarse las manos, y abstenerse de tocar al bebé si tienen síntomas de alguna enfermedad, incluido la COVID-19.

Es importante que el bebé se alimente bien y aumente de peso; si tiene alguna inquietud, comuníquese con su partera. Una vez que se levanten las restricciones, evite las grandes reuniones familiares para celebrar la llegada del bebé, hasta que se sepa más sobre la propagación del virus en la comunidad.

No posponga la búsqueda de asesoramiento médico si le preocupa la salud de su bebé durante la pandemia. Busque atención médica si su bebé tiene fiebre, está letárgico o irritable, no se está alimentando bien o presenta cualquier otro síntoma que le pueda preocupar.



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

6. Guía de salud ocupacional para mujeres embarazadas que trabajan en una función pública

¿Todavía puedo ir a trabajar?

Entendemos que estar embarazada y trabajar en una función pública debe de ser angustiante, tomando en cuenta la opinión de la Secretaría de Salud del 16 de marzo de 2020, de que todas las mujeres embarazadas están en un grupo vulnerable.

Las mujeres embarazadas que pueden trabajar desde casa deben hacerlo. Si usted no puede trabajar desde casa, porque realiza una función pública deberá discutir con su equipo de salud ocupacional o empleador lo que podría modificarse para minimizar su exposición a riesgos.

El 21 de marzo de 2020 se publicó un consejo de salud ocupacional más detallado para las mujeres embarazadas, incluidas aquellas que no pueden trabajar desde casa, el cual fue actualizado el 26 de marzo. Ahí se recomienda que si la embarazada está en su primer o segundo trimestre (menos de 28 semanas de embarazo), sin afecciones de salud subyacentes, debe practicar el distanciamiento social, pero puede optar por continuar trabajando en una función pública, siempre que se tomen las precauciones necesarias; esto incluye el uso de equipo de protección personal (PPE) y la evaluación de riesgos.

Si está en su tercer trimestre (más de 28 semanas de embarazo) o tiene una afección de salud subyacente, como una enfermedad cardíaca o pulmonar, debe trabajar desde su casa siempre que sea posible, evitar el contacto con cualquier persona con síntomas de COVID-19 y reducir significativamente el contacto social.

¿Qué pasa si trabajo en una función pública?

La guía se actualizó el 26 de marzo para enfatizar que a las mujeres embarazadas de cualquier gestación se les debería ofrecer la opción de trabajar en roles directos frente al paciente durante la pandemia de COVID-19. Sus empleadores deben respetar y apoyar sus elecciones sobre si continúa trabajando en roles directos con el paciente durante la pandemia.



¿Cuál es el consejo si soy trabajadora de la salud y estoy embarazada?

Si está en su primer o segundo trimestre (menos de 28 semanas de embarazo), y no tiene afecciones de salud subyacentes, debe practicar el distanciamiento social, pero puede optar por continuar trabajando en un papel orientado al paciente. Si elige continuar trabajando, se recomienda encarecidamente tomar las precauciones necesarias. Debe evitar, cuando esto sea posible, atender a pacientes con infección por coronavirus sospechada o confirmada. Si esto no es posible, debe usar equipo de protección personal (EPP) y asegurarse de llevar a cabo una evaluación exhaustiva del riesgo.

Algunos entornos de trabajo, como quirófanos, salas respiratorias y unidades de cuidados intensivos conllevan un mayor riesgo de exposición al virus para todas las mujeres embarazadas, y se recomienda que todos los trabajadores de la salud en estos entornos usen el EPP adecuado.

Si está en su tercer trimestre (más de 28 semanas de embarazo) o tiene una afección de salud subyacente, como una enfermedad cardíaca o pulmonar, le recomendamos encarecidamente que evite el contacto directo con el paciente. Es mejor trabajar desde casa siempre que sea posible, evitar el contacto con cualquier persona con síntomas de infección por coronavirus, y reducir significativamente el contacto social innecesario.

Alentamos a los empleadores a buscar oportunidades para que las trabajadoras embarazadas en su tercer trimestre trabajen de manera flexible en una capacidad diferente, para evitar roles en los que trabajan directamente con los pacientes.

Independientemente del tiempo de gestación de su embarazo, debe discutir sus circunstancias individuales con su departamento local de Salud ocupacional.

La base de evidencia para este nuevo virus está creciendo rápidamente y, cuando surja nueva información, el Gobierno y las organizaciones profesionales actualizarán este manual.

“Estamos viviendo un momento difícil, pero el equipo de maternidad de CASA está preparado para apoyar a todas las familias y continuar dándonos la mano para dar a luz.”



+52 (415) 152 6181
Atención 24/7



www.casa.org.mx
recepcionhospital@casa.org.mx



Indalecio Allende #4,
San Miguel de Allende.

“Da a los que amas alas para volar, raíces para volver, y razones para quedarse”

-Dalai Lama.

Partera Profesional Gabriela Cárdenas
Cédula profesional 9709836 SSG 2540

Dra. Juana Martha Lugo Licea
Cédula profesional Gral. 2787215
Cédula especialidad 4301930

Nadine Goodman
Asesora general de CASA