

Embarazo, nacimiento y cuidado de su bebé con sospecha o confirmación de **COVID-19**



Cada día aprendemos más sobre la enfermedad causada por el coronavirus (COVID-19) y sobre cómo cuidar a las personas durante el embarazo, el nacimiento y el posparto. A medida que aprendemos más, las recomendaciones pueden cambiar, pero esto es lo que sabemos ahora.

Tener COVID-19 durante el embarazo



Lo que sabemos

Hasta ahora, las embarazadas no parecen tener un mayor riesgo de enfermedad y complicaciones por la COVID-19 que otros adultos. Además, es poco probable que su bebé contraiga COVID-19 mientras usted está embarazada.

Siempre es importante protegerse de las enfermedades durante el embarazo para que no se produzcan complicaciones.

Hable con su proveedor de atención de salud si está enferma o cree que ha estado cerca de alguien que tiene COVID-19.



Llame al **9-1-1** si experimenta cualquiera de los siguientes síntomas:

- Dificultad para respirar (más de lo que ha sido normal para usted durante el embarazo)
- Dolor o presión continuos en el pecho
- Confusión repentina
- Incapacidad de reaccionar ante los demás
- Rostro o labios azulados

PARTO Y NACIMIENTO con sospecha o confirmación de COVID-19

Si tiene COVID-19 (coronavirus), hable con su proveedor de atención de salud sobre lo que sucederá durante el trabajo de parto, el parto y el posparto. Después de que su bebé nazca, es posible que se enferme de COVID-19. Analice sus opciones con su equipo médico y tome una decisión que le parezca adecuada.

Su proveedor puede recomendarle una de las siguientes opciones:



Usted y su bebé en la misma habitación juntos

- Si se queda en la misma habitación, póngase una mascarilla y lávese las manos antes de sostener o estar cerca de su bebé.



Usted y su bebé en diferentes habitaciones

- Es posible que su proveedor le recomiende que una persona que no esté enferma cuide a su bebé hasta que usted ya no pueda transmitir el virus de la COVID-19 a otras personas.

CUIDADO DE SU BEBÉ EN CASA con sospecha o confirmación de COVID-19

Si tiene COVID-19, cuando usted y su bebé regresen del hospital a casa, es posible que deba tomar precauciones para evitar que le transmita el virus a su bebé. Analice sus opciones con su equipo médico y tome una decisión que le parezca adecuada.

Su proveedor puede recomendarle una de las siguientes opciones cuando abandone el hospital para regresar a su casa:



Usted y su bebé en la misma habitación juntos en su casa

- Si se queda en la misma habitación, puede ayudar a proteger a su bebé de transmitirle el virus de la COVID-19 usando una mascarilla y lavándose las manos antes de sostenerlo o estar cerca de él.
- Hable con su proveedor sobre cuándo puede dejar de usar una mascarilla y lavarse las manos al cuidar a su bebé.



Usted y su bebé en diferentes habitaciones en su casa

- Es posible que su proveedor le recomiende que una persona que no esté enferma cuide a su bebé hasta que usted ya no pueda transmitir el virus de la COVID-19 a otras personas.
- Hable con su proveedor sobre cuándo usted y su bebé ya pueden dejar de estar en habitaciones separadas.

ALIMENTACIÓN DE SU BEBÉ con sospecha o confirmación de COVID-19

Mientras tenga COVID-19, póngase una mascarilla y lávese las manos antes de amamantar, alimentar con fórmula o con biberón de leche humana (leche materna) para proteger a su bebé.



Lactancia

Se recomienda alimentar a su bebé con leche materna. Contiene células que protegen a los bebés de enfermarse y ayuda al crecimiento y desarrollo saludables.

La lactancia provoca la liberación de una hormona (oxitocina) que le ayuda a usted y a su bebé a crear un vínculo afectivo.

La lactancia también tiene estos beneficios:

- Ayuda a retardar el sangrado posparto
- Ayuda con la depresión posparto
- Calma a la madre que amamanta y al bebé
- Fomenta el crecimiento y es sanadora para su bebé

La leche humana (leche materna) protege a los bebés de muchas enfermedades, como las siguientes:

- Diarrea y malestar estomacal
- Problemas con la respiración
- Infecciones (septicemia)
- Síndrome de muerte súbita del bebé
- Infecciones de oído
- Infecciones de la vejiga



FUENTES

doh.wa.gov/coronavirus
o coronavirus.wa.gov



Biberón

Usted, su pareja u otro cuidador puede arropar y acariciar a su bebé mientras le da el biberón con fórmula o leche humana (leche materna). Esto ayuda con lo siguiente:

- Crea un vínculo entre el cuidador y su bebé
- Calma al cuidador y a su bebé
- Fomenta el crecimiento y es sanador para su bebé

Una persona que no esté enferma puede alimentar a su bebé con su leche materna. Los bebés que son alimentados con biberón de leche humana obtienen todos los beneficios de la nutrición que se derivan de la lactancia.

- Lávese las manos y use una mascarilla cuando se extraiga leche.
- Lávese las manos y póngase una mascarilla antes de limpiar el sacaleche, los biberones y los recipientes donde guarda la leche. Mientras tenga COVID-19, debe lavar su equipo de extracción antes y después de extraerse leche.