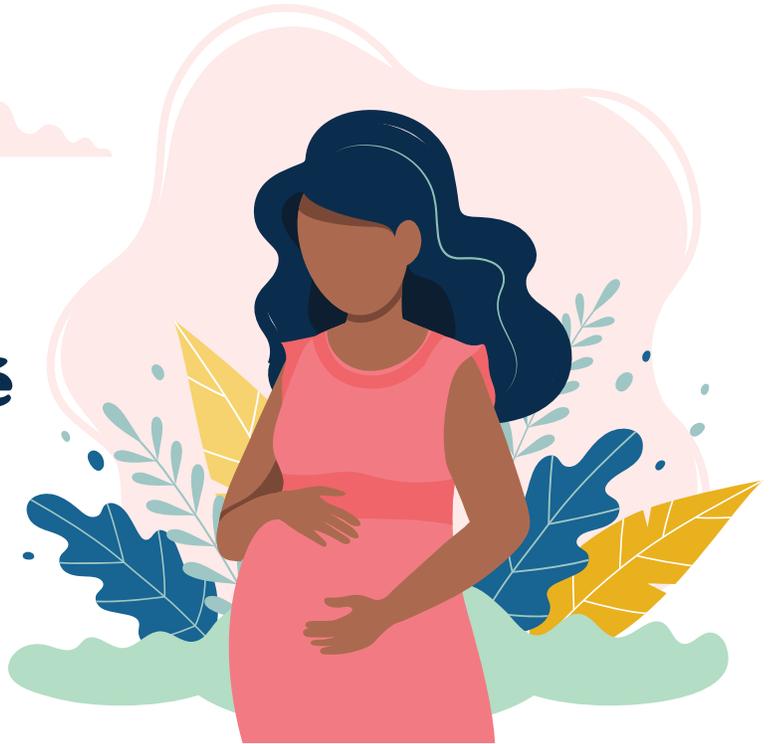


Embarazo, nacimiento y cuidado de su bebé con sospecha o confirmación de **COVID-19**



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

Es posible que las embarazadas tengan un mayor riesgo de presentar enfermedades graves a causa de la COVID-19. Por lo tanto, deben hacer todo lo posible por mantenerse saludables y evitar contraerla.

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.