

# COVID-19 (Coronavirus)

## Qué deben saber las embarazadas y las nuevas mamás

**La enfermedad del Coronavirus 2019 (COVID-19) es una afección respiratoria que se contagia de persona a persona.**

### ¿Cuáles son los síntomas?

- Fiebre
- Enfermedad respiratoria de leve a grave (tos, congestión, goteo nasal)
- Falta de aire o dificultades para respirar

Las complicaciones graves incluyen la neumonía (infección pulmonar) que puede requerir más apoyo como el oxígeno. Los síntomas normalmente aparecen 2-14 días después de que una persona se haya expuesto al virus.

### ¿Tienen mayor riesgo de complicaciones las embarazadas con COVID-19?

Hasta la fecha no hemos visto que el COVID-19 tenga resultados adversos para las mujeres embarazadas y sus bebés. Las embarazadas pueden ser más vulnerables a las infecciones respiratorias virales, incluido el COVID-19 y complicaciones de estas enfermedades. Es muy importante tomar precauciones como lavarse las manos y evitar el contacto con personas que están enfermas. Además, para más precaución, los miembros de VCU Health embarazadas o que estén dando el pecho no deben atender a pacientes con COVID-19.

### Tengo buena salud. Debo preocuparme si voy a mi cita?

En estos momentos vamos a posponer las citas anuales, y aumentar las opciones de visita virtuales, por ejemplo visitas por teléfono, computadora o tableta, para algunos casos de visitas prenatales y del niño sano. Le animamos a hablar con su médico respecto a su cuidado personal.

Su salud, nos importa. Estamos evaluando los síntomas de enfermedad de todos los pacientes. Incluso en este proceso de detección, es importante seguir los siguientes consejos:

- Evite el contacto físico innecesario con otras personas
- Siéntese a 3-6 pies de otras personas en la sala de espera
- Lávese las manos con frecuencia durante la visita
- Cúbrase la boca si tose o estornuda

### Estoy cerca de la fecha de parto. ¿Habrán restricciones de visitas durante o después del parto?

Para protegerla a usted, su bebé, otros pacientes y nuestro equipo, se ha reducido el número de visitas. Vaya a: [vcuhealth.org/covid-19](https://vcuhealth.org/covid-19) para saber las normas actualizadas de visitas. Además, reconocemos la importancia de las doulas en los resultados de un parto saludable. Se admite a las doulas certificadas, con buena salud, no se las incluirá como visitantes de pacientes.

### Estoy enferma o mi bebé está enfermo. ¿Cómo saber si es el COVID-19?

Los síntomas del COVID-19 son similares a los de otras enfermedades respiratorias como el resfriado. Si está preocupada, llame a su proveedor médico o el pediatra de su hijo antes de ir a la consulta del médico o a la sala de emergencia. Le van a pedir que tome precauciones para evitar la exposición a otras personas. Si tiene problemas respiratorios, llame al 911 o vaya a la sala de emergencia más cercana (llame antes si puede).

### Me siento enferma y tengo una cita pronto. ¿Qué debo hacer?

El primer paso es llamar a su ginecólogo o matrona (para embarazadas) o a su médico de familia o pediatra (para recién nacidos). Antes de su visita, debemos saber los síntomas que tiene usted para tomar las precauciones y el cuidado necesarios, especialmente si tiene fiebre, tos o goteo nasal.

- Clínica Nelson Women's Health: (804) 828-4409
- Clínica en Stony Point Women's Health: (804) 560-8950
- Pabellón Infantil: (804) 828-CHOR (2467)

- Clínica en Nelson Family Medicine: (804) 828-5883
- Centro en Hayes E. Willis Health: (804) 230-7777
- Community Memorial Hospital (CMH) Servicios para la Salud de la Mujer: : (434) 584-2273 (opción 1, luego opción 3)
- CMH Labor and Delivery (Partos) : (434) 584-5052
- CMH Family Care Center (Centro del Cuidado de la Familia): (434) 584-2273 (opción 1, luego opción 1)

## ¿Puede una embarazada con COVID-19 pasar el virus al feto o recién nacido?

Debido a los datos limitados que tenemos, no sabemos si una embarazada puede pasar el COVID-19 al feto. El tener otras enfermedades respiratorias (como el resfriado) durante el embarazo puede provocar complicaciones como un bajo peso al nacer y parto prematuro (temprano)

## ¿Qué se considera fiebre en un recién nacido? ¿Cuándo debo preocuparme?

- Tomar la temperatura rectal es lo más acertado respecto a niños menores de 3 años.
- Llame al médico enseguida si su hijo tiene menos de 3 meses y su temperatura es de 100.4°F (38°C) o más.
- Dígale al médico cómo le ha tomado la temperatura a su hijo: en la boca, debajo del brazo o recto.

## ¿Se puede transmitir el virus COVID-19 a través de la leche materna? ¿Debo seguir dando el pecho?

Estamos aprendiendo sobre cómo se propaga el COVID-19. Se cree que la propagación de persona a persona se hace principalmente a través de las gotas, por la respiración, cuando una persona infectada tose o estornuda. No se ha encontrado virus en la leche materna de una madre con COVID-19, en los casos limitados de los que se ha informado hasta ahora. Una madre confirmada con COVID-19 debe tomar precauciones como lavarse las manos antes de tocar a su bebé y llevar mascarilla mientras le da el pecho. Debe seguir dando el pecho a su bebé para que reciba los anticuerpos y nutrientes principales de la leche materna.

## ¿Se puede usar leche de donante durante el brote del COVID-19?

La leche donada que proporciona nuestro hospital procede de un banco de leche que sigue una selección rigurosa y los procesos de esterilización. No recomendamos el uso de leche donada proveniente de un origen desconocido o privado.

## Estaba inscrita para hacer una visita guiada a la unidad de partos y a clases para padres. ¿Debo ir?

Puesto que nuestra prioridad es su seguridad y bienestar, todas las visitas y clases de educación de Family Life están canceladas hasta futuro aviso. Haga una visita virtual en **vcumom.com** website: **[vcuhealth.org/our-services/pregnancy-and-birth/facilities/labor-delivery-unit](https://www.vcuhealth.org/our-services/pregnancy-and-birth/facilities/labor-delivery-unit)**. Para clases de Family Life (Vida familiar), hay disponibles clases en línea gratuitas con YoMingo, el 31 de mayo, 2020. Para aprovechar este recurso, visite **[www2.customizedinc.com/childbirtheeducation](https://www2.customizedinc.com/childbirtheeducation)**

Para el grupo de apoyo a las madres Getting Better Together, vaya a nuestra página web para ver otras opciones: **<https://www.vcuhealth.org/our-services/pregnancy-and-birth/resources/postpartum-support-group>**

## ¿Cómo puedo protegerme a mí y a mi bebé?

La mejor manera de prevenir la infección es evitar estar expuesta al virus. El CDC recomienda lo siguiente:

- Evite el contacto cercano a personas que están enfermas
- Evite tocarse los ojos, nariz y boca sin lavarse las manos
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos
- Use desinfectante de manos a base de solución hidroalcohólica con al menos 60% de alcohol si no tiene agua y jabón
- Quédese en su casa cuando esté enferma
- Descanse mucho
- Beba muchos líquidos
- Cúbrase al toser o estornudar con un pañuelo, luego tírelo a la basura
- Limpie y desinfecte con frecuencia los objetos y superficies que se tocan mucho
- Solo use mascarilla si un profesional de la salud se lo recomienda
- Las personas con COVID-19 deben usar mascarilla para proteger a otras personas del riesgo de infectarse

For the latest updates, visit **[cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/pregnancy-faq.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/pregnancy-faq.html)**.

For ongoing updates from CHoR, visit **[chrichmond.org/COVID19](https://www.chrichmond.org/COVID19)**