

GUÍA SOBRE EMBARAZO, PARTO Y PUERPERIO EN TIEMPOS DE COVID-19



FUNDACIÓN
HUÉSPED

PREVENCIÓN • CIENCIA • DERECHOS

PRIMERA PARTE

EMBARAZO SIN COVID-19





5 CLAVES SOBRE COVID-19 Y EMBARAZO

Si estás cursando un embarazo en tiempos de COVID-19, seguí estas recomendaciones para cuidarte.

- 1.** La infección por COVID-19 es una enfermedad contagiosa provocada por el virus SARS-CoV-2, perteneciente a la familia de los coronavirus. **Sus síntomas son similares a los de la gripe.** Es una infección que surge a finales de 2019. Su conocimiento está aún en construcción y, por eso, las recomendaciones pueden variar. Para obtener información actualizada, seguí solo fuentes oficiales como la Organización Mundial de la Salud o el Ministerio de Salud de la Nación.
- 2.** Se contagia de una persona a otra a través de **pequeñas gotas que salen despedidas de la nariz o boca** cuando alguien tose, estornuda o habla. También por **contacto con manos, superficies u objetos contaminados** por el virus.
- 3.** Si bien es un virus nuevo y los científicos aún lo están estudiando, todo indica que las personas gestantes que se infectan desarrollan la enfermedad de la misma manera que la población general. Es decir que **durante el embarazo no hay mayor posibilidad de enfermarse** y que **la infección no es más grave** que en cualquier otra persona.
- 4. No hay pruebas de que el virus se transmita al feto** durante el embarazo, como tampoco durante el parto o por la lactancia materna.
- 5.** Si tenés **fiebre superior a 37,5° C, tos, decaimiento,** fiebre combinada con dolores musculares, congestión nasal, dolor de garganta o diarrea, comunicate inmediatamente con el sistema de salud de tu localidad e informá que estás cursando un embarazo. El número de consulta nacional es el **120**.



¿CÓMO ME PUEDO CUIDAR?

Las precauciones que debe tomar una persona gestante para no contagiarse el virus son las mismas que para el resto. Es muy importante que sigas estas pautas:

- Las tareas que impliquen salir a la calle deberían ser **delegadas** a otro integrante de la familia o alguna persona de tu confianza.
- Si es inevitable salir, mantené una **distancia de dos metros** con las otras personas, usá **tapabocas** (que también cubra tu nariz) y evitá tocarte la cara. Al regresar, **descalzate, lavate bien las manos con agua y jabón** y, por último, **quitate el tapabocas y volvé a lavarte** las manos. Si es un tapabocas de tela hay que lavarlo con frecuencia.
- **Tosé y estornudá** sobre el **pliegue del codo** o **pañuelos descartables**.
- **Lavate las manos** con agua y jabón con frecuencia durante varios segundos, **siempre después de toser o estornudar, antes y después de ir al baño y antes de cocinar**.
- **Ventilá** todos los ambientes en forma diaria.
- **Desinfectá los objetos que se usan a diario**. Podés hacerlo preparando una solución (7 partes de alcohol al 96% y 3 partes de agua) que se coloca en un pulverizador para luego rociarlos.
- **No te automediques**.



LOS CONTROLES DURANTE LOS NUEVE MESES

Para minimizar la posibilidad de que estés en contacto con el virus durante tu embarazo, **tu obstetra evaluará cuáles son las consultas y estudios que tenés que hacer y cuáles son prescindibles**, postergables o pueden realizarse en forma no presencial.

En el comienzo se pide un análisis de sangre (mide la subunidad beta cuantitativa) para confirmar el embarazo. Ante un resultado positivo, en la primera consulta te deben brindar información completa sobre tu embarazo, incluyendo cómo cuidarte del COVID-19. Además, a pesar de que por la pandemia muchas prácticas se han suspendido, **las consultas por la interrupción legal del embarazo (ILE) siguen siendo una prioridad**. Tenés derecho a recibir asesoramiento completo para tomar y ejercer una decisión informada, consciente y responsable.

Durante los nueve meses, **algunos controles requerirán la visita al consultorio, laboratorio o centro médico**, como los análisis de sangre y orina, la medición de la tensión arterial y el monitoreo del crecimiento fetal. **Intentá conseguir turnos coordinados para poder realizar distintas prácticas en una sola salida**. Aprovechá también para sumar otros pendientes ese mismo día, como la compra de medicamentos, la interconsulta con otra especialidad médica o la aplicación de vacunas.



¿Cuáles son las consultas y prácticas prenatales básicas en el contexto de la pandemia?

El Ministerio de Salud de la Nación recomienda un esquema de consultas, vacunación y estudios médicos elementales que debería realizarse toda persona gestante, a los que se podrían sumar otros de acuerdo a las indicaciones puntuales para cada caso.

EDAD GESTACIONAL	CONSULTA PRESENCIAL OBSTÉTRICA	ECOGRAFÍAS	ESTUDIOS Y ANÁLISIS
SEMANAS 10 A 14	* Imprescindible, incluso sin turno.	*	Test de embarazo. Rutina completa de orina y urocultivo. Serología de la persona gestante y su pareja. Grupo sanguíneo y factor RH. Vacunación según calendario.
SEMANAS 20 A 22	*	* Scan fetal.	Vacunación según calendario.
SEMANA 28	*	No obligatorio.	Vacunación según calendario. Prueba de sobrecarga P75. Rutina completa. Orina y urocultivo. Serología.
SEMANA 34	*	*	Rutina completa. Orina y urocultivo. Serología. Screening SGB. Ecografía y riesgo quirúrgico.
SEMANA 38	*	No obligatorio.	Monitoreo fetal electrónico anteparto.
SEMANAS 39 A 41	* Control prenatal.	No obligatorio.	Monitoreo fetal electrónico anteparto.

*Controles obligatorios.



¿Puede asistir un acompañante?

A los controles puede concurrir una sola persona como tu acompañante, **siempre que se garantice que sea asintomática, no tenga patologías preexistentes que la ubiquen dentro de grupos de riesgo** (como diabetes o problemas respiratorios o cardiovasculares) y que, al momento de ingreso al centro de salud, **pase el triage** de identificación de casos sospechosos de COVID-19 (control de temperatura y estado respiratorio).

Si la capacidad física del espacio es limitada (se debe guardar una distancia de dos metros entre las personas) se les dará prioridad a quienes acompañen a gestantes con discapacidad, niñas y adolescentes.

Si impiden su ingreso, podés hacer la denuncia la Comisión Nacional Coordinadora de Acciones para la Elaboración de Sanciones de Violencia de Género en **consavig@jus.gov.ar** o pedir asesoramiento a la Secretaría de Derechos Humanos y Pluralismo Cultural llamando al **0800-122-5878**.





PARIR EN TIEMPOS DE COVID-19

Para que llegues al momento del nacimiento con tranquilidad, leé estas preguntas y respuestas. Si te surgen más dudas, hablalo con el equipo de salud que te está atendiendo.

¿Hay alguna indicación especial para los partos mientras dure la pandemia de COVID-19?

No, las indicaciones son iguales que antes de la pandemia. Sin embargo, si estás en un área con circulación local del virus, deberás usar barbijo (al igual que tu acompañante).

¿Puedo tener un parto natural?

Sí. Deben evitarse las cesáreas innecesarias y realizarse solo aquellas que estén programadas o sean indicadas por cuestiones obstétricas.

¿Puede acompañarme alguien a la maternidad o centro médico?

Se permite un solo acompañante (asintomático, de entre 18 y 60 años, sin patologías preexistentes y que no haya estado en contacto estrecho con un caso confirmado) durante el trabajo de parto, el parto y la internación. Si impiden su ingreso, podés hacer la denuncia en **consavig@jus.gov.ar** o pedir asesoramiento llamando al **0800-122-5878**.

¿Qué protocolo debe cumplir el acompañante?

Tiene que pasar el *triage* al ingreso al centro médico, deberá permanecer exclusivamente en la habitación (o en la sala de parto), higienizarse con frecuencia y ponerse un tapabocas cuando deba circular por los espacios comunes. Tiene que usar una identificación de visitante y quedará anotado en un registro.



¿Están permitidas otras visitas?

No, solo puede ingresar la persona registrada y se recomienda que el resto de los familiares y amigos se comuniquen mediante videollamadas. Si necesitaras cambiar de acompañante conversalo previamente con el equipo de salud para que puedan encontrar una solución en conjunto.

¿Dónde permanecerá mi bebé?

Salvo que su condición médica requiera asistencia o que vos levantes fiebre o empieces a mostrar algún síntoma compatible con COVID-19, se quedará con vos en la habitación.

¿Se le realizará al bebé un análisis de COVID-19?

No se hacen pruebas virológicas si no presenta síntomas.

¿Qué tiene que garantizarme el hospital o la maternidad?

El ejercicio del derecho a un parto respetado en virtud del análisis individual de cada caso, en función de la situación epidemiológica de tu localidad y de las capacidades institucionales.

¿Quién cuidará a mis otros hijos durante el parto y la internación?

Una persona sin COVID-19 y de tu confianza podrá hacerlo. Si es necesario deberás gestionarle un permiso para que tus hijos o esta persona puedan trasladarse a tu casa o la de ella. Podés hacerlo en este link: <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/aislamiento/exceptuados> Si no contás con alguien cercano menor de 60 años para que se quede con ellos, conversalo con el equipo de salud para que encuentren una solución en conjunto.

¿Podré amamantar a mi bebé?

Sí, tomando todos los recaudos de higiene necesarios que, como para cualquier otra persona en tiempos de COVID-19, deben ser mayores y más frecuentes.



VIAJES Y CONTACTO CON PERSONAS CON COVID-19

Si regresaste de viaje durante tu embarazo o tuviste contacto con alguien que presente COVID-19 o sospeche haberse contagiado, **debés quedar en aislamiento en tu propia casa durante 14 días**, del mismo modo que cualquier contacto estrecho tuyo.

En cualquiera de esas situaciones, **reprogramá los controles obstétricos de rutina, las ecografías y los estudios de laboratorio** para después de este lapso. Mientras tanto, es importante que hagas todas las consultas y resuelvas tus inquietudes relacionadas con el embarazo por **vía telefónica o por videollamada**.

En el caso de que tengas síntomas de COVID-19 ponete en contacto cuanto antes con los números de asistencia.

Si no podés comunicarte, dirigirte a la guardia del hospital o maternidad donde te estás atendiendo, cumpliendo el protocolo de protección (barbijo, distancia) y comunicá tus síntomas en la entrada.

LICENCIA

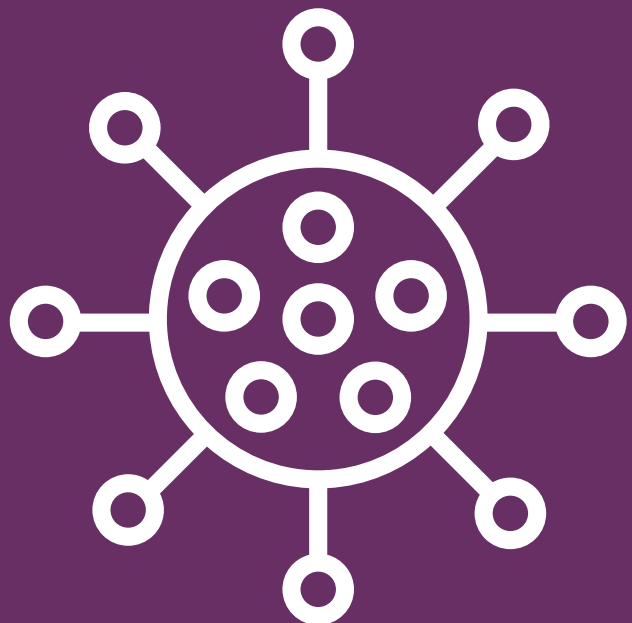
De acuerdo a la Resolución Nro. 207/20 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social, las personas gestantes quedan eximidas de asistir a sus lugares de trabajo y deben seguir recibiendo el pago íntegro de sus remuneraciones.

CURSO

Los cursos parto presenciales quedan suspendidos, pero algunos profesionales y centros de salud están brindando este asesoramiento en forma virtual.

SEGUNDA PARTE

COVID-19 CONFIRMADO O SOSPECHADO Y EMBARAZO





EMBARAZO Y COVID-19

CONFIRMADO O SOSPECHADO

Si recibís un diagnóstico positivo de COVID-19 durante tu embarazo recordá que los datos actuales indican que **no supone un mayor riesgo para las personas gestantes ni que estas se enfermen con mayor gravedad** que la población general. Sin embargo, como cualquier otra persona con el virus, **deberás guardar aislamiento**.

¿Cómo es y cuánto dura la internación por COVID-19 para una persona embarazada?

Vas a recibir **el mismo tratamiento médico** que una persona no gestante.

Te pueden internar en el área de Obstetricia, Infectología o Clínica Médica, pero profesionales de todos esos servicios van a trabajar en equipo para cuidarte. Además, durante el tiempo que dure tu internación **te deben realizar los controles y estudios obstétricos** que estén indicados según las semanas de gestación.

El aislamiento es una de las medidas de bioseguridad para evitar que el virus se propague. Por ello, durante la internación no vas a poder recibir visitas, al igual que el resto de las personas internadas por COVID-19. No obstante, se evaluará si se permite el acompañamiento si la persona gestante es menor de edad o si tiene alguna discapacidad o condición crítica.

Recibirás el alta luego de estar bien clínicamente, pasar tres días sin fiebre y tener dos análisis de PCR negativos separados por 24 horas.



Me quieren hacer una radiografía...

Si el equipo de salud te indica un estudio radiográfico a pesar de que estés cursando tu embarazo, **se tomarán medidas de protección** para disminuir la exposición fetal y así poder realizarlo.

¿Puedo contagiar a mi bebé con COVID-19?

No. Por ahora los científicos no han hallado evidencia de transmisión **durante el embarazo** (por la placenta), **ni en el parto** (la carga viral en la secreción vaginal es muy baja) **ni mediante la lactancia**. Pero sí deberás extremar todos los recaudos de higiene hasta que te den el alta.





PARIR CON COVID-19

Si al momento del parto tenés COVID-19, manifestás algún síntoma o se sospecha que podrías haberte contagiado y aún no se pudo confirmar el diagnóstico, tené en cuenta estas claves para poder disfrutar el nacimiento de tu bebé:

- **Se recomienda el parto natural.** No hay indicación de cesárea para personas gestantes con COVID-19. Por ello, la elección del tipo de parto debe realizarse según criterios obstétricos y de acuerdo a tu condición de salud.
- Debe haber poco personal en la sala de parto. Todos los integrantes del equipo de salud usarán equipo de protección personal (barbijos, guantes, antiparras, camisolines, botas). **Vos deberás usar barbijo.**
- **Podrás tener acompañamiento** de una persona elegida por vos, que tenga entre 18 y 60 años de edad. No debe tener ninguna enfermedad de riesgo para COVID-19, como diabetes o problemas respiratorios o cardiovasculares y deberá usar medidas de protección personal en todo momento. En caso de que no hubiera elementos de protección personal para tu acompañante, conversalo previamente con el equipo de salud para que puedan encontrar una solución en conjunto.
- **Apenas nazca el bebé, se recomienda el contacto piel a piel.** Antes de ello deben higienizarte.
- Todos los controles habituales del recién nacido deben realizarse en la misma sala de parto y se **deben cumplir todas las rutinas de neonatología**, como la aplicación de vacunas.
- En el caso de que el recién nacido necesite un tratamiento intensivo, también debería suceder en la misma sala de partos.
- Luego, llevarán a tu bebé en una incubadora de transporte hacia tu habitación o a Neonatología, según corresponda de acuerdo al estado clínico.



PARTO CON COVID-19 ¿Y DESPUÉS?

Luego del parto, el recién nacido y la persona gestante con COVID-19 (o con sospecha de tener el virus) **deberán permanecer internados y no podrán recibir visitas**. Cómo, cuánto tiempo y dónde se decidirá según las condiciones de salud de ambos y de la infraestructura de la maternidad u hospital. Te tienen que informar de manera completa. Pueden darse dos situaciones:

- **INTERNACIÓN EN LA MISMA HABITACIÓN (NO COMPARTIDA CON OTRA PERSONA GESTANTE)**

Tanto vos como tu bebé tienen que estar bien clínicamente. En ese caso, **deberás usar barbijo durante todo el tiempo. La cuna debe estar a dos metros de tu cama**; también se puede usar un biombo para guardar la distancia necesaria. **Una persona sin COVID-19 podrá ayudarte** o hacerse cargo del cuidado de tu bebé hasta que te den el alta. Deberá estar con vos todo el tiempo en la habitación y no podrá deambular por el hospital.

Vas a poder alimentar a tu bebé directo de tu pecho, ya que la leche no transmite el virus, tomando los recaudos de higiene necesarios y conociendo los riesgos potenciales. **Antes y después de tocar a tu bebé tenés que lavarte bien las manos** con agua y jabón líquido y secarlas con toallas descartables y usar barbijo.

- **INTERNACIÓN EN HABITACIONES/SALAS DIFERENTES**

Si el bebé no tiene síntomas de COVID-19 **puede estar en una habitación junto a un cuidador** sin COVID-19 que vos designes (debe ser una sola persona), que use barbijo y otras medidas de protección, o bien **puede ir a la nursery. Pero si el bebé tiene síntomas debe estar internado en Neonatología**, en el área de aislamiento. Hasta que estés bien clínicamente, quedarás en terapia. Si tus análisis demuestran que no tenés COVID-19, pero tu



bebé tiene síntomas y queda internado en terapia de Neonatología, podrás visitarlo. Si vos no podés visitarlo, podrás designar a una persona sin COVID-19 (y de la cual no se sospeche que tenga el virus o que haya estado en contacto con un caso confirmado) para que pueda hacerlo. Diariamente deben informarte sobre el estado de salud de tu bebé.

En el caso de que tu bebé no tenga síntomas solo se evaluará su función respiratoria y no le harán ningún estudio de COVID-19. Ambos recibirán el alta de manera conjunta, cuando vos estés bien clínicamente y tus análisis de COVID-19 sean negativos (dos PCR negativas separadas por 24 horas).





LA LACTANCIA NO SE SUSPENDE

La leche materna no contagia el COVID-19 y tiene muchos beneficios para el recién nacido. Por ello, **aún si se sospecha que tenés el virus o tenés un diagnóstico confirmado, podrás amamantar o bien extraerte leche**. Tené en cuenta lo siguiente para decidir cómo alimentar a tu bebé.

De pecho

- Debés estar en buenas condiciones clínicas.
- El personal de salud del hospital o maternidad tienen que informarte de manera completa, **enseñarte las normas de higiene y explicarte los riesgos potenciales**.
- Amamantalo **fuera de la cama** y usando **ropa recién puesta**, así evitás que entre en contacto con superficies que pueden estar contaminadas.
- **Lavate las manos durante 50 segundos** antes de tocar al bebé e **higienizá la piel de las mamas** y las areolas con agua y jabón neutro.
- **Usá barbijo** (debe cubrir tu nariz y boca por completo) durante las tomas y **procurá no hablar**. **Si tosés o estornudás, cambiate el barbijo**. En cada nueva toma tenés que usar un barbijo nuevo o recién lavado.

Extracción

- **Se recomienda la técnica manual**, pero **si usás una bomba** de extracción, tiene que ser de tu **uso exclusivo** y siempre **debe estar esterilizada**. **Lavate bien las manos** (durante 50 segundos) antes de hacerlo.



- La extracción debe realizarse **en la habitación** en la que estás pasando la internación/aislamiento.
- **La persona que te acompaña** (sin COVID-19) o personal de la institución de salud **podrán darle la mamadera al bebé.**

No puedo amamantar

Si no estás en condiciones clínicas de hacerlo, **el equipo de salud tiene que ayudarte mediante la extracción periódica de leche.** Así evitarás trastornos en tus mamas y mantendrás activa la producción. En el caso de las **personas con VIH, te tienen que proveer leche maternizada** para alimentar a tu bebé.





RECIÉN NACIDOS, BEBÉS Y COVID-19

Cuando un recién nacido o un bebé tiene síntomas de COVID-19 se le realizarán estudios para confirmar el diagnóstico. **Si es positivo, deberá quedar internado.** Será dado de alta cuando esté bien clínicamente (luego de tres días sin fiebre) y tenga dos estudios de PCR negativos separados por 24 horas. **Luego, durante un mes, deberá ser controlado.**

Aunque puede darse algún caso de gravedad, en general muestran síntomas leves e incluso pueden ser asintomáticos.

Si presentan signos de COVID-19, estos serán mayormente respiratorios, pero podrían incluir letargo, síntomas gastrointestinales e hipo e hipertermia. Ante la aparición de cualquiera de esos síntomas, **no demores en consultar con los servicios de salud.**

EN CASA

Si en el momento del nacimiento de tu bebé tenías COVID-19, cuando recibas el alta y ambos regresen a tu casa no deberían convivir con mayores de 60 años o quienes tengan diabetes o problemas cardiovasculares o respiratorios. Cualquier otra persona sin COVID-19 que entre a tu hogar tiene que extremar las medidas de higiene y protección.

SOSPECHOSO DE INFECCIÓN

Se considera “sospechoso de infección” al recién nacido de una persona gestante que llegue al parto con síntomas o diagnóstico confirmado desde 14 días antes y hasta 28 después del nacimiento. También a los bebés que pudieron quedar expuestos a personas infectadas.

Fuente: Ministerio de Salud

www.huesped.org.ar



[/fundhuesped](https://www.instagram.com/fundhuesped)



FUNDACIÓN
HUÉSPED
PREVENCIÓN • CIENCIA • DERECHOS