



# Consejo sobre el embarazo en relación con COVID-19

## ¿Por qué se considera a las mujeres embarazadas como un grupo de riesgo con respecto a la propagación del coronavirus??

A pesar de que no hay suficiente información sobre las mujeres embarazadas consideradas como grupo de riesgo, o sobre el riesgo que atañe para el feto, los Servicios Nacionales de Salud de Dinamarca estiman que las mujeres embarazadas aún se consideran como un grupo en riesgo. Esta estimación se ha decidido como precaución, porque las mujeres embarazadas en general son más receptivas a las infecciones.

## ¿Qué puedo hacer para protegerme de ser infectada?



**Lávese las manos con frecuencia o use desinfectante para manos, ej.: después de tocar las manijas de las puertas, los interruptores de luz y cuando llegas a casa**



**Tosa y estornude en su codo**



**Limite todo contacto físico, apretones de manos, abrazos y besos en la mejilla**



**Esté atenta a la limpieza de la casa**



**Mantenga la distancia y pida a los demás que sean considerados**

Además de eso:

- Evite los lugares con mucha gente. Evite el transporte público tanto como sea posible.
- Mantenga una distancia con otras personas de 1-2 metros.
- Evite cuidar a los niños de otras personas.

## Como embarazada, debe estar especialmente atenta a estos síntomas y comunicarse con su médico:

- Tos recién adquirida
- Fiebre
- Problemas respiratorios
- Sentirse enferma durante varios días
- Ausencia de signos de mejora
- Empeoramiento de los síntomas.



## ¿Deberían hacerme la prueba a mí y a mi hijo/a?

- Si tiene síntomas, también síntomas leves como los de un resfriado, debe hacerse una prueba.
- Si está infectada con COVID-19, y su hijo/a parece estar sano, el hijo/a no debe hacerse la prueba.
- El/la recién nacido/a solo será examinado si muestra algún signo de síntomas. Es el trabajo que evalúa la situación.



### ¿Puedo dar a luz en casa?

- Si usted, su pareja o hijos/as en el hogar están infectados por COVID-19, o muestran algún síntoma, no será posible dar a luz en casa. Esto es para reducir el riesgo de infectar a la matrona asistente.



### ¿Puedo tener a mi pareja o un pariente presente en el nacimiento?

- Sí, se le permite tener una persona con usted en el momento del nacimiento. Esta persona no debe haber mostrado signos de estar infectada por COVID-19 ni ningún síntoma.



### ¿Se me permite estar con mi hijo/a recién nacido/a después del parto?

- Sí, se le permite estar con su hijo/a recién nacido/a después del nacimiento, aunque usted esté infectada por COVID-19.
- Otros, como su pareja o pariente infectado con COVID-19 y también si muestran signos de síntomas, no pueden estar en contacto con el/la recién nacido/a.
- Si usted está infectada o tiene síntomas de Covid-19 y su bebé tiene que ser transferido a la sala de neonatal, tiene que limitar el contacto con el bebé lo más posible.



### ¿Puedo amamantar a mi hija/o recién nacida/o?

- Sí, puede amamantar a su hijo/a. No se ha encontrado coronavirus en la leche materna de madres infectadas con COVID-19.

#### Consejos antes y durante la lactancia:

Se recomienda que durante la lactancia siga los consejos generales del Servicio Nacional de Salud de Dinamarca para minimizar el riesgo de propagar COVID-19 (consulte la página 1). Si está infectada por COVID-19, además de eso, también se recomienda seguir estas precauciones:

- Lávese las manos con agua y jabón antes de tocar a su bebé, el extractor de leche o los biberones.
- Lávese los senos con agua y jabón neutro antes de amamantar.
- Use una máscara facial cuando esté en contacto cercano con el niño, incluso durante la lactancia.
- Si usa una máquina para extraer la leche materna, se recomienda seguir las recomendaciones sobre la limpieza de la bomba después de cada uso.



### ¿Mis otros niños pueden estar con la/el recién nacido/a?

- A los/las niños/as sanos se les permite estar con el/la recién nacido/a.
- Los/las niños/as enfermos y los/las niños/as con síntomas deben evitar cualquier contacto cercano con el/la recién nacido/a y deben ser extremadamente cuidadosos/as y atentos/as al limpiar y lavarse las manos en el hogar.



### ¿La/el enfermera/o de salud vendrá a visitarme?

- Si está infectado con COVID-19, la/el enfermera/o de salud aún la visitará el cuarto o quinto día, pero la llamará antes de la visita. Se organizarán otras visitas a nivel local con su enfermera/o de salud.