

Plan para el bebé de la madre con riesgo de COVID-19

Nuestro objetivo es mantener a su bebé seguro y saludable. Estas recomendaciones reducen la posibilidad de que su bebé se enferme por este virus. Ayúdenos siguiendo estas recomendaciones.

Plan para dar a luz: Hasta ahora, la mayoría de los bebés que se enferman con COVID-19 lo contraen después del nacimiento y no durante el embarazo. Debe usar una máscara para disminuir la propagación del virus. Todas las personas que cuidan a usted y a su bebé llevarán equipo de protección. Debe usar una máscara cada vez que alguien más esté en su habitación.

Cuidado del recién nacido: Usted y sus médicos desarrollarán un plan sobre dónde estará su bebé después del nacimiento. Esto se basará en su salud, los resultados de sus pruebas, cómo planea alimentar a su bebé y la capacidad de mantener la separación después de irse a casa. Si usted y sus médicos deciden que la mejor vía para usted y su bebé es mantener a su bebé en la habitación con usted mientras está en el hospital, se tomarán medidas para ayudar a disminuir el riesgo de propagación a su bebé. El bebé debe mantenerse al menos a 6 pies de distancia en todo momento, excepto cuando esté cuidando o alimentando al bebé. Se pueden usar barreras como una cortina o una pantalla para ayudar a disminuir la propagación del virus. Debe usar una mascarilla en todo momento y lavarse bien las manos antes de tocar al bebé. Si usted y su proveedor de atención médica deciden que es más seguro que usted y su bebé se separen mientras está en el hospital y en su hogar para reducir el riesgo de transmisión del virus al bebé, entonces después del parto, su bebé ira a un área separada hasta que se vaya a casa. Debe identificar a un familiar sano (preferiblemente alguien que no haya estado expuesto a usted) que pueda cuidar a su bebé mientras está separado. Ese cuidador debe limitar su movimiento de ida y vuelta entre su habitación y la habitación del bebé, si están separados.

¿Puedo amamantar?: La leche materna brinda protección contra muchas enfermedades y es la mejor opción de alimentación para la mayoría de los bebés. Si amamanta directamente, debe usar una máscara y lavarse las manos antes de alimentar a su bebé. Si tiene tos, también debe lavarse los senos con agua y jabón antes de alimentar a su bebé. Si está separada de su bebé, debe extraerse la leche materna y se la darán a su bebé. Debe lavarse muy bien las manos y las piezas del extractor de leche y debe usar una máscara mientras bombea. También sería una buena idea lavarse los senos antes de extraerse la leche si tiene tos. Lo mas seguro que su leche materna no contenga el virus, pero el virus puede estar en objetos y superficies, por eso son tan importantes los metodos de higiene.

Comunicación: Si está separada de su bebé, las enfermeras y los médicos le darán actualizaciones frecuentes sobre su bebé. Intentaremos usar el video del teléfono u otras formas de video para ayudarla a ver a su bebé durante toda la estadía. El médico de su bebé probablemente le hablará por teléfono. No dude en hacerle cualquier pregunta a su médico.

¿Cuándo está listo el bebé para irse a casa? Si su bebé está bien, generalmente puede irse a casa después de las 36-48 horas de edad. Con suerte, también se sentirá usted lo suficientemente bien como para volver a casa. Si tiene que permanecer en el hospital más tiempo y hay un cuidador saludable disponible, su bebé podría irse a casa con ellos.

Seguimiento: Su bebé debe tener una cita con el pediatra unos días después de que le den de alta del hospital. Informe a la consula del pediatra acerca de las preocupaciones sobre COVID-19, para que puedan estar preparados para su visita. Una vez que se haga su cita, el médico que cuida a su bebé en el hospital llamará al médico de atención primaria de su bebé para informarle sobre la estadía en el hospital.

¿Qué sucede si mi bebé está en la UCIN o en la guardería de cuidados especiales?

Una vez que sea seguro, podrá visitar a su bebé en la UCIN o en la sala de cuidados especiales. Hasta entonces, no podrá visitar al bebé. Para evitar que los bebés más pequeños y frágiles se enfermen por el virus, nadie que haya estado expuesto a COVID-19 o sospeche que tiene COVID-19 podrá entrar a la UCIN. Si no puede visitarlo, buscaremos formas de mantenerla involucrada en el cuidado de su bebé, usando fotos o videos si es posible. También debe continuar extrayendo leche materna para que podamos dársela a su bebé.

Después de ir a casa desde el hospital:

¿Cuándo puedo dejar de separarme de mi bebé? Sabemos que el virus puede ser eliminado por alguien que lo tiene durante semanas. Si se separó de su bebé en el hospital, le sugerimos que mantenga a su bebé en una habitación diferente a la suya mientras esté enferma y mejorando. Debe usar un aseo separado, si es posible. Continúe con el mejor lavado de manos y limpieza de su hogar, especialmente las superficies que se tocan con frecuencia.

Los Centros Para el Control y la Prevención de enfermedades (CDC) recomiendan que usted y su bebé se mantengan separados hasta que:

1. Te sientas bien y
2. No has tenido fiebre (sin tomar medicamentos) durante al menos 72 horas (3 días completos), y han pasado al menos 7 días desde que comenzaron sus síntomas, o si no tuvo ningún síntoma, 7 días desde su primera prueba positiva
3. Cuando las pruebas estén más disponibles, es posible que pueda dejar de separarse después de tener 2 pruebas negativas con al menos 1 día de diferencia.

Si usted y su bebé estaban en la misma habitación en el hospital, debe mantenerse al menos a 6 pies de distancia de su bebé y usar una máscara alrededor de su bebé durante el mismo tiempo que se menciona anteriormente. Si nunca tuvo ningún síntoma, debe continuar con estos pasos durante al menos 10 días desde su primera prueba positiva.

Amamantamiento: Debe continuar usando una máscara y lavándose las manos antes de amamantar a su bebé. Si está extrayendo leche materna para su bebé, necesitará un extractor de leche cuando regrese a casa desde el hospital para que pueda continuar obteniendo leche materna para el bebé. Una vez que su enfermedad haya terminado, podrá amamantar directamente. Debe continuar usando una máscara y lavandose bien las manos y los senos antes de alimentar a su bebé. Debido a que su enfermedad puede haber retrasado la lactancia materna directa, es importante el seguimiento acerca de la lactancia materna. Su hospital o pediatra pueden tener un número de teléfono al que llame para pedir ayuda. También puede llamar a la línea directa de lactancia del Departamento de Salud de Ohio, disponible 24/7: 1-888-588-3423.

¿Cuándo debo llevar a mi bebé al médico? Debe tener una cita su bebe unos días después de darle de alta del hospital. Si su bebé desarrolla: fiebre, problemas de respiracion, problemas al alimentarse, ictericia o mala coloración, llame al médico de su bebé de inmediato para obtener más instrucciones. Si está muy preocupada por la salud de su bebé, llame al 911. Si su bebé necesita regresar al hospital: El hospital de nacimiento sería una buena opción si los motivos de ingreso no están relacionados con COVID-19 y no hay problemas respiratorios. Las causas más comunes de reingreso al hospital para recién nacidos son problemas de alimentación e ictericia. Si su bebé tiene fiebre, tos o problemas de respiracion, deberá ir al Hospital de Niños Cincinnati Children's.

Referencias

1. Publicación de la AAP 17/03/2020, Wong et al. 2. CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/>
3. AAP: Management of Infants Born to Mothers with COVID-19 Fecha del documento: 2 de abril de 2020