

Red Informal de Documentación sobre la
Salud Psicosocial de la Familia

Preguntas y Respuestas en Relación al COVID-19 dirigidas a Mujeres Embarazadas

Documento nº 134

Febrero 2022



Documento elaborado por
Nicolás Pérez-Mora MD PhD.
Professor of Clinical-Pathology & Emergencies

La familia como agente de salud

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS MÁS COMUNES DE INFECCIÓN POR COVID-19 EN LA POBLACIÓN GENERAL Y EN MUJERES EMBARAZADAS?

Los síntomas suelen comenzar 4 o 5 días después de que la persona se infecte con el virus. Sin embargo, en algunos casos pueden transcurrir 2 semanas hasta que aparecen y muchas personas no tienen ninguno.

Los síntomas más comunes son: fiebre, tos, dificultad para respirar, fatiga, escalofríos, dolor muscular, dolor de cabeza, dolor de garganta, falta del sentido del olfato o del gusto.

Las mujeres embarazadas infectadas por COVID-19 pueden tener cualquiera de esos síntomas o incluso no presentar ninguno de ellos.

En la mayoría de los casos, mejoran al cabo de algunas semanas. Sin embargo, en otros, el COVID-19 puede causar problemas graves como neumonía, insuficiencia respiratoria, problemas cardiovasculares o incluso la muerte.

¿LAS MUJERES EMBARAZADAS TIENEN UN RIESGO ALTO DE DESARROLLAR SÍNTOMAS GRAVES?

En la actualidad existen diversos estudios clínicos en curso relativos a COVID-19 y embarazo. Por lo que se conoce hasta ahora, las mujeres embarazadas no parece que tengan más riesgo de infectarse que la población general.

Sin embargo, las que contraen COVID-19 parecen tener más

riesgo de presentar enfermedad severa que las mujeres de la misma edad que no están embarazadas. Sin embargo, la mayoría se recupera antes de tener al bebé y no necesita hospitalizarse.

Mujeres embarazadas con sobrepeso o problemas médicos preexistentes, como hipertensión y diabetes, tienen mayor riesgo de enfermedad severa y también peor pronóstico si presentan infección de COVID-19 durante el embarazo.

¿QUÉ DEBO HACER SI TENGO SÍNTOMAS?

Si tiene fiebre, tos, dificultad para respirar u otros síntomas de COVID-19, contacte con su médico o con su centro de salud. Ellos le dirán como actuar y si precisa, o no, asistencia médica. También le indicarán si debe realizarse un test de detección precoz de COVID-19.

¿DEBEN LAS MUJERES EMBARAZADAS REALIZAR UN TEST DE DETECCIÓN PRECOZ DE COVID-19?

Según la Organización Mundial de la Salud, en caso de presentar síntomas de infección por COVID-19, las embarazadas deben realizarse un test de detección precoz de modo prioritario, con objeto de tomar las medidas terapéuticas necesarias con prontitud.

Si estoy embarazada y me infecto, ¿PUEDO TRANSIMITIR EL VIRUS AL BEBÉ?

Los expertos afirman que es muy poco frecuente que el bebé contraiga la infección dentro del útero o durante el parto. No se

ha detectado hasta la fecha la presencia de virus activo ni en el líquido amniótico, ni en la leche materna. En los casos excepcionales en que el bebé se ha infectado, la infección ha sido clínicamente leve o asintomática...

¿EL COVID-19 PUEDE CAUSAR PROBLEMAS EN EL EMBARAZO?

Los estudios clínicos realizados hasta la fecha coinciden al afirmar que la mayoría de mujeres que contraen COVID-19 durante el embarazo no tienen problemas graves. Sí pueden tenerlos en caso de infección severa por COVID-19.

El riesgo o porcentaje de partos prematuros es mayor. Suele presentarse en embarazadas con enfermedad grave y/o neumonía. Contraer COVID-19 durante el embarazo también puede elevar el riesgo de muerte fetal.

¿CÓMO SE TRATA EL COVID-19 SI ESTOY EMBARAZADA?

La mayoría de las personas infectadas pueden recuperarse en su casa. La infección leve se presenta con síntomas como fiebre o tos, pero sin dificultad para respirar.

Si por la gravedad de su infección necesita ingreso hospitalario, obviamente médicos y personal sanitario también vigilarán la salud y evolución de su bebé.

Se están realizando ensayos clínicos para tratar el COVID-19. Sin embargo, muchos medicamentos están restringidos durante cualquier embarazo, para no poner en peligro la integri-

dad del feto. La fiebre es un síntoma común de COVID-19. Si está embarazada y tiene fiebre, pregunte como actuar a su médico o centro de salud. El paracetamol es eficaz para tratar la fiebre, y su utilización durante el embarazo es totalmente seguro para el feto.

¿SE PUEDE PREVENIR EL COVID-19?

La mejor manera de prevenir el COVID-19 es vacunarse.

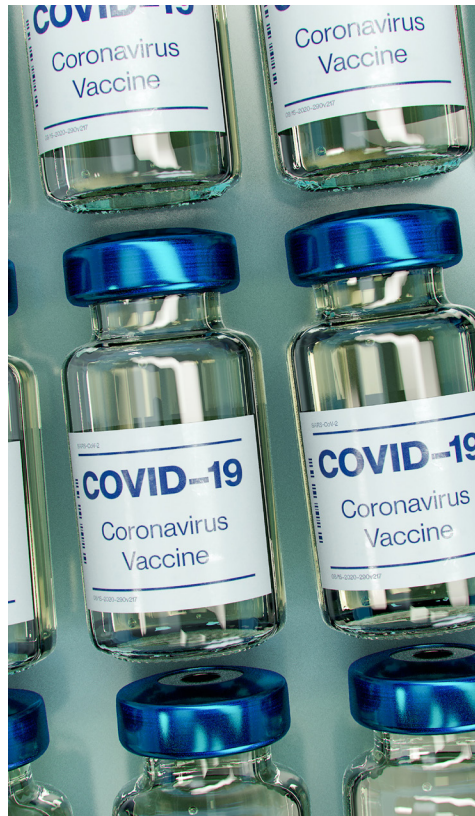
En Estados Unidos, las primeras vacunas estuvieron disponibles al final del 2020. Desde entonces han sido objeto de estudio la seguridad de las mismas en mujeres embarazadas o lactantes. Muchas embarazadas han recibido la vacuna sin problemas. La vacuna no aumenta el riesgo de aborto espontáneo ni causa daño al bebé. De modo que con esa información específica, los expertos recomiendan que las personas embarazadas se vacunen si todavía no lo han hecho.

Ninguno de los 19 tipos de vacuna COVID-19 autorizados hasta la fecha utiliza virus vivos atenuados, que podría añadir riesgos si fueran administradas durante el embarazo.

Además las vacunas son el mejor modo de controlar la pandemia, ya que son realmente efectivas para prevenir que las personas enfermen gravemente y mueran de COVID-19. Como las mujeres embarazadas pueden tener un riesgo más elevado de enfermedad severa, en caso de contraer la infección, la vacunación es de particular importancia.

Si no ha recibido la vacuna, puede protegerse y proteger a otros guardando la distancia de se-

guridad, evitando espacios concurridos, utilizando mascarilla cuando no es posible mantener la distancia de seguridad. Lavado de manos frecuente, mantener las habitaciones bien ventiladas. Y por supuesto medidas de higiene respiratoria: si tose o estornuda, cubrirse boca y nariz con el codo doblado o con un pañuelo o celulosa inmediatamente desechable.



¿DEBO MODIFICAR LA PAUTA DE MIS CONSULTAS PRENATALES Y POST-PARTO PREVISTAS?

Su médico y/o centro de salud establecerá con usted un plan de consultas durante su embarazo y después del parto. Es importante no retrasar ni faltar a ninguna consulta. Si reside en una zona donde se produce un incremento de casos considerable, es probable que le planteen algunos cambios. Por ejemplo: Quizás su pareja no pueda acompañarle para acudir a las consultas. Si tiene cualquier síntoma de COVID-19, deberá

usar mascarilla durante las consultas. O Su médico, enfermera, o matrona pueden considerar la realización de varias pruebas simultáneas con objeto de espaciar sus consultas, o incluso establecer que algunas consultas se realicen telefónicamente.

Estos cambios mencionados pueden generar cierto estrés. Pero piense que el objetivo es su propia protección y la de otros pacientes.

¿CÓMO SERÁ EL PARTO?

Las medidas de hospitales y centros de natalidad para mantener la seguridad durante el parto pueden ser diferentes. Estas medidas pueden incluir pautas como el uso de mascarilla, o la reducción de acompañantes y visitantes.

Cuando se acerque el momento del parto, revisarán su temperatura y otros síntomas de COVID-19. Incluso con mayor antelación, si su parto es inducido o programado, o se plantea la necesidad de realizar una cesárea. También es posible que le hagan una prueba de detección precoz del virus.

Como en cualquier parto, el modo de llevarlo a cabo debe ser individualizado y basarse en las preferencias de la mujer junto con las indicaciones de su Especialista en Obstetricia.

Si tiene COVID-19 al comenzar el parto, los médicos y enfermeros tomarán medidas para proteger a las personas que la rodean. Por ejemplo, usted deberá utilizar mascarilla. Puede tener un parto natural por vía vaginal si ese es el plan acordado con su médico. No es necesario que tenga un parto por ce-

sárea solo por el hecho de estar infectada con COVID-19. Como en cualquier parto es altamente recomendable: Tener un acompañante de su elección presente durante el parto. Buena comunicación con el personal de maternidad. Estrategias terapéuticas apropiadas para el alivio del dolor.

¿PUEDO TOCAR A MI BEBÉ DESPUÉS DEL PARTO SI ESTOY INFECTADA, O CON SOSPENSA DE COVID-19?

Si tiene COVID-19, su médico o enfermera le sugerirán medidas de protección especial. Pero puede y debe desde el primer momento buscar el necesario contacto estrecho piel-con-piel con su bebé recién nacido. Si sostiene al bebé en brazos y lo mantiene en la habitación con usted, deberá utilizar mascarilla para reducir el riesgo de contagiarle la infección por vía respiratoria. También deberá tomar otras precauciones, como el lavado de manos antes y después de tocar al bebé. Todo ello pue-

de resultar incómodo y difícil de aceptar, pero es importante para proteger a su bebé adecuadamente.

¿QUÉ OCURRE SI DESEO REALIZAR LACTANCIA MATERNA?

La lactancia materna tiene muchos beneficios para usted y para el bebé. Y no existe prueba alguna de presencia del virus en la leche materna. Ningún bebé ha padecido infección grave por COVID-19 por ese motivo.

Con o sin lactancia materna, es importante que ponga mucho cuidado al alimentar al bebé o al sostenerlo en brazos. Podría transmitir el virus al bebé por vía respiratoria cuando mantiene contacto estrecho con él. El mejor modo de proteger a su bebé es el lavado frecuente de manos y el uso de mascarilla cuando vaya a alimentarlo.

Si decide realizar lactancia materna, los expertos recomiendan

que reciba la vacuna contra el COVID-19. Las vacunas hacen que el sistema inmunitario produzca “anticuerpos”. Estos anticuerpos se excretan en la leche materna, y de ese modo puede proteger a un tiempo a usted y su bebé.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA MANEJAR EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD?

Es normal sentir ansiedad o preocupación con respecto al COVID-19. Si está embarazada, es lógico sentirse triste por tener que cancelar celebraciones o limitar el contacto con familiares y amigos. En este sentido puede servirle de ayuda actividades que mantengan ocupada su atención: noticias, lectura, escuchar música, hacer ejercicio regularmente y tomar una dieta variada y equilibrada; actividades que le hagan disfrutar y que pueda realizar en casa y mantener contacto regular con amigos y familiares

Fuentes utilizadas por el autor: www.who.int/news-room y www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate