



EMBARAZO Y COVID-19

**Más que atenderte,
es cuidarte.**



**Centro Médico
Imbanaco®**

Vocación de Servicio

EVIDENCIA ACTUAL

- Hay razones suficientes para pensar que la pandemia del COVID-19 no tiene una mayor incidencia, severidad, ni letalidad en las mujeres embarazadas.
- Hay evidencia de que no existe transmisión de la infección de la madre al bebé dentro del útero.
- Hay evidencia de que no existe transmisión de la infección de la madre al bebé a través de la leche materna.
- Hay datos que no sugieren mayor riesgo de aborto espontáneo o pérdida temprana del embarazo.

RECOMENDACIONES GENERALES

Todas las gestantes, deben seguir las disposiciones de aislamiento social y medidas de prevención como:



Lavado e higiene de manos de forma permanente.



Distanciamiento social.



Uso de tapabocas en espacios públicos.



Práctica de desinfección de superficies.



Evitar asistir a servicios clínicos que no sean estrictamente necesarios.

SIGNOS DE ALARMA

- Respiración más rápida de lo normal.
- Dolor y/o silbido en el pecho.
- Vómito persistente.
- Fiebre persistente de difícil control: más de 24 horas que no mejora con antipiréticos.
- Somnolencia.
- Confusión o dificultad para despertar.
- Ataques o convulsiones.
- Boca seca.
- Dificultad para orinar.
- Orinar poco o nada.
- Aumento de contracciones o dolor.
- Disminución de movimientos fetales.
- Presencia de sangrado vaginal o salida de líquido por vagina.

Ante cualquier identificación de uno de estos síntomas, debes comunicarte de inmediato con tu médico tratante y de acuerdo a su indicación, acudir al servicio de Cuidado Integral de la Mujer por urgencias donde serás atendida por el personal idóneo.

Para continuar con el control prenatal, podrás tener una consulta médica virtual, y próximamente presencial de acuerdo a la recomendación de tu médico tratante.

DATOS IMPORTANTES

- Te sugerimos iniciar o continuar con la lactancia materna.
- En caso de que la lactancia sea con extractor, debes limpiarlo después de cada uso con los desinfectantes adecuados.
- Durante el cuidado de tu bebé, debes utilizar mascarilla quirúrgica, realizar un lavado de tus manos antes y después de estar en contacto con el bebé, limpiar previamente el área de las mamas y pezones con agua y jabón, limpiando y desinfectando de manera frecuente las superficies que hayas tocado.
- La decisión final sobre el tipo de alimentación al bebé debe ser tomada en consenso entre el pediatra y los padres.

Protege tu salud mental



Cuida tu alimentación con dieta sana que te proporcione todos los nutrientes necesarios.



Duerme bien.



Establece rutinas diarias: levántate, vístete, desayuna, y planifica tu día.



En caso de no sentirte bien emocionalmente, comunícate con tu entorno y busca apoyo.



Conéctate con tu bebé: háblale y transmítele calma.



Destina un tiempo para realizar actividades en familia.



Céntrate en el presente: realiza ejercicios de relajación y meditación.



Limita el tiempo de noticias: el exceso de información genera ansiedad y confusión.



Utiliza el humor: la risa tiene enormes beneficios para la salud.



Cuidado Integral de la Mujer

Horario de atención

Lunes a Domingo 24 horas

Dirección

Carrera 38 Bis No. 5B 2 – 04

Sede Principal – Piso 3

Conmutadores

(572) 3821000 – 5186000

**Extensión Centro de Contacto
para consulta médica virtual**

8127

**o puedes comunicarte directamente
con tu médico tratante**

Correo electrónico

citas@imbanaco.com.co

Cali, Colombia

www.imbanaco.com