Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Nacer en época de coronavirus

La pandemia por coronavirus ha traído una serie de cambios importantes en la atención sanitaria. Al inicio del brote se vivieron situaciones de gran incertidumbre y confusión. En algunas maternidades se tomó la decisión de separar a las madres de sus hijos. Con el paso del tiempo y con el consejo de los expertos se hicieron protocolos adecuados para la atención de la madre y el bebé recién nacido.

Aquí va un resumen de los puntos clave que recomienda el Ministerio de Sanidad

¿Qué sabemos sobre la infección por SARS-CoV-2 durante el embarazo?

- En la mayor parte de los casos, la COVID-19 durante el embarazo cursará de forma asintomática o leve.
- Pero existe mayor riesgo de gravedad que en la población general, sobre todo asociado a otros factores de riesgo, como la edad, la obesidad, fumadoras, diabéticas o hipertensas.
- También se ha descrito un mayor riesgo de parto prematuro.
- Durante el embarazo hay mayor tendencia a formarse coágulos. Las personas enfermas con COVID-19 tienen más riesgo de tener la coagulación alterada. La embarazada puede tener más riesgo de trombos si enferma por COVID-19 y no realiza sus paseos todos los días.

¿Qué pasa si una embarazada tiene que ingresar?

- A todas las embarazadas se les hará un test de COVID-19 mediante técnica de PCR. Se tomará una muestra de la nariz y de la garganta.
- Solo podrá tener un acompañante durante el ingreso. No podrá recibir visitas.
- Se le dará información sobre las normas de prevención e higiene.
- La mujer podrá estar acompañada durante el parto.

¿Y si una embarazada tiene COVID-19?

- El personal sanitario llevará un equipo de protección individual y cumplirá de forma estricta las medidas de higiene.
- Tendrá que estar aislada. Puede hacer el aislamiento en su domicilio.
- Cualquier persona que haya estado en contacto con un caso confirmado deberá permanecer en aislamiento durante 10 días independientemente del resultado de su prueba diagnóstica y vigilar la aparición de síntomas.
- El tratamiento es similar al resto de la población. Se podrán hacer las mismas pruebas, usar medicinas para evitar los trombos, oxígeno si es preciso o antibióticos si lo necesita. Se hará también la misma monitorización del bebé durante todo lo que dure el embarazo y el parto.

- El parto terminará por vía vaginal o por cesárea cuando lo decida el equipo sanitario y teniendo en cuenta la opinión de la mujer embarazada.
- Si el niño tiene riesgo de nacer prematuro se pondrán corticoides a la madre para favorecer la maduración de los pulmones del bebé. Si es necesario.
- Se intentará atender el parto en la habitación donde haga el aislamiento. Si se dispone de todo el material necesario.

¿Qué le puede pasar al bebé, en el caso de que la madre esté infectada?

- La transmisión de madre a hijo ocurre tras el nacimiento por el contacto estrecho.
- La atención y los cuidados son los mismos que en los demás bebés recién nacidos. Pero tienen que estar aislados y los cuidadores deben seguir las medidas de protección.
- Al bebé se le tomará una muestra para saber si tiene la infección por SARS-CoV-2.
- A los bebés que no tienen síntomas se les hará un seguimiento telefónico por su pediatra.
- Si la madre y el bebé se encuentran bien estarán juntos durante el ingreso y el aislamiento. Si puede ser con un acompañante que ellas elijan.
- Antes de coger al bebé habrá que hacer lavado de manos. La madre usará la mascarilla y la cuna debe de estar separada 2 metros de la cama de la madre. El pecho se le da a demanda. Y el acompañante, con la protección, colaborará en el cuidado del bebé.
- Si la madre o el bebé no se encontraran bien el ingreso y el aislamiento será separado madre e hijo. Puede seguir con la lactancia materna extrayendo su leche para que la pueda tomar su bebé. La madre tendrá toda la ayuda que necesite.
- Si el bebé está enfermo se ingresará en la zona de Neonatología.

¿Es recomendable la lactancia materna?

Es el mejor alimento para el bebé. Tiene muchos beneficios como el paso de las defensas frente al SARS-CoV-2.

Por eso se recomienda la lactancia materna desde que se nace. Siempre que el bebé y la madre se encuentren bien.

¿Y cómo prevenir la infección por COVID-19 (link is external)**?**

- Lavar las manos con agua y jabón al menos durante 20 segundos. Y repetirlo muchas veces.
- Al toser o estornudar cubrirse la nariz y la boca con el codo flexionado. Usar pañuelos desechables. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Evitar las aglomeraciones. Usar el transporte público con las medidas de seguridad. Seguir con los consejos de salud durante las relaciones sociales. Limitar las visitas tanto en el hospital como en la casa.
- Siempre mantener la distancia con otras personas de al menos 1.5 metros y si no puede ser, usar la mascarilla.
- Tener desinfectadas todas las superficies y objetos de uso frecuente. Ventilar el hogar todos los días.
- Si se tiene síntomas hay que aislarse en el domicilio y ponerse en contacto por teléfono con los servicios sanitarios.
- Se recomienda seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias sobre la vacunación en embarazadas. Puede consultar esta noticia del Comité Asesor de Vacunas de la Asociación Española de Pediatría. Y consultar las

dudas más frecuentes en esta web sobre la vacunación frente a la COVID del Ministerio de Sanidad.

El postparto puede ser una etapa complicada para cualquier mujer. Por eso, siempre es importante compartir los sentimientos y emociones que acompañan la recién estrenada maternidad o paternidad. En estos momentos difíciles e inciertos cobra mayor relevancia la necesidad de apoyo de la pareja, la familia y los amigos. A pesar de la distancia social, siempre se puede ayudar frente a las nuevas necesidades que aparecen tras la llegada de un bebé.

Fecha de publicación: 25-07-2020

Última fecha de actualización: 28-07-2021

Autor/es:

- Mª Rosa Pavo García. Pediatra. Centro de Salud Villablanca. Madrid.
- Maria Pilar García Cid. Matrona.. Centro de Salud García Noblejas. Madrid.