

# Embarazo, parto y puerperio durante la pandemia de COVID-19

## 2

### EN CASO DE SÍNTOMAS

- Si tienes tos, fiebre y/o dificultad respiratoria contacta por teléfono
- Si das positivo, el tratamiento dependerá de cada caso y edad gestacional



## 1

### SEGUIMIENTO DEL EMBARAZO

- Continúa con el seguimiento con tu matrona y obstetra
- Haz una dieta adecuada y ejercicio físico
- Consulta el riesgo que conlleva tu puesto de trabajo
- Ante cualquier urgencia contacta por teléfono



## 3

### EN EL NACIMIENTO Y LA HOSPITALIZACIÓN

- En el parto podrás estar acompañada por una persona
- El Covid-19 no condiciona el tipo de parto (vaginal/cesárea)
- Visitas sólo de una persona, siempre la misma
- Puedes recibir un alta precoz



## 4



### PROTOCOLO DE ALTA PRECOZ

Mantén el contacto con tu matrona y vigila los signos de alarma:

- Sangrado vaginal mayor a la menstruación y/o con mal olor
- Fiebre
- Dolor de cabeza constante
- Tristeza o depresión



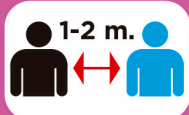
## 5

### LACTANCIA MATERNA

- El virus no se ha detectado en la leche materna
- Se aconseja incluso en mujeres infectadas
- Lávate las manos antes y después de tocar al bebé
- Si tienes síntomas o COVID+, utiliza mascarilla
- Si tu estado no permite la lactancia directa, consulta opciones con tu matrona:
  - Extraer la leche
  - Usar el banco de leche



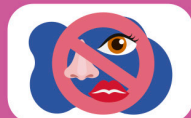
### RECUERDA



Mantén 1-2 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre la boca y nariz con el codo flexionado al toser y estornudar



Usa pañuelos desechables



ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE ENFERMERÍA



FAME  
Federación de Asociaciones de Matronas de España