

Patient Education

Instrucciones para el alta hospitalaria luego de la COVID-19 y el embarazo

Debe leer la siguiente "Información para uso del consumidor y renuncia de responsabilidad" para comprender esta información y utilizarla correctamente.

Acerca de este tema

La enfermedad del coronavirus 2019 también se conoce como "COVID-19". Es una enfermedad viral que infecta los pulmones. Es causada por un virus llamado "coronavirus" asociado al SARS (SARS-CoV-2). Los médicos no saben mucho sobre cómo la COVID-19 afecta el embarazo. Consideran que existe la posibilidad de transmitir COVID a su bebé mientras aún está embarazada, durante el parto o después de que nazca. El riesgo de tener un parto pretérmino puede ser mayor. Los bebés que nacen demasiado pronto pueden tener graves problemas de salud.

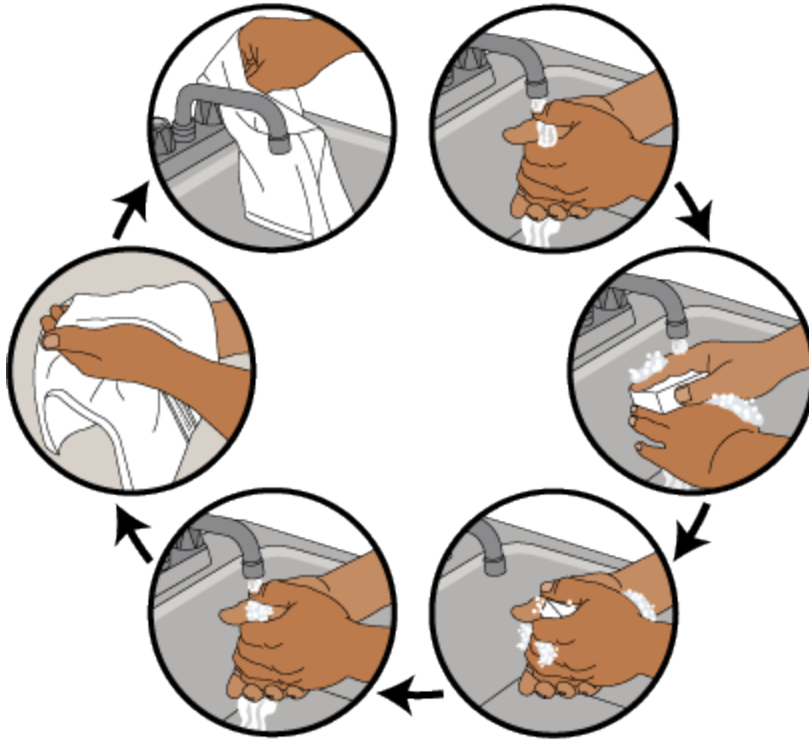
Los signos de COVID-19 son similares a los de la gripe, pero pueden ser mucho más graves. Puede presentar tos, fiebre, escalofríos con temblores y puede tener dificultad para respirar. Puede sentirse muy cansado, tener dolor muscular, dolor de cabeza o dolor de garganta. Algunas personas pueden tener malestar estomacal o diarrea. Otras pierden el sentido del gusto o del olfato. Quizás no tenga estos síntomas todo el tiempo y pueden aparecer y desaparecer mientras está enfermo.

El virus se propaga con facilidad mediante las gotitas que expulsa cuando habla, estornuda o tose. Puede transmitir el virus a otras personas cuando habla cerca de ellas, canta, se abraza, comparte una comida o se da la mano. Los gérmenes también sobreviven en superficies, como mesas, perillas de puertas y teléfonos. Sin embargo, esta no es una forma común de propagación de la COVID-19. Los médicos creen que las personas también propagan la infección aun cuando no tienen ningún síntoma, pero no saben cómo sucede. Es por eso por lo que vacunarse es una de las mejores maneras de disminuir la propagación del virus.

Algunas personas tienen un caso leve de COVID-19 y pueden permanecer en sus casas hasta que se sientan mejor. Su médico puede controlarla más de cerca si está enferma y embarazada. Es posible que otras personas necesiten estar en el hospital si están muy enfermas. Las personas con COVID-19 deben aislarse. Pueden empezar a estar cerca de otras personas cuando el médico le indique que es seguro hacerlo.

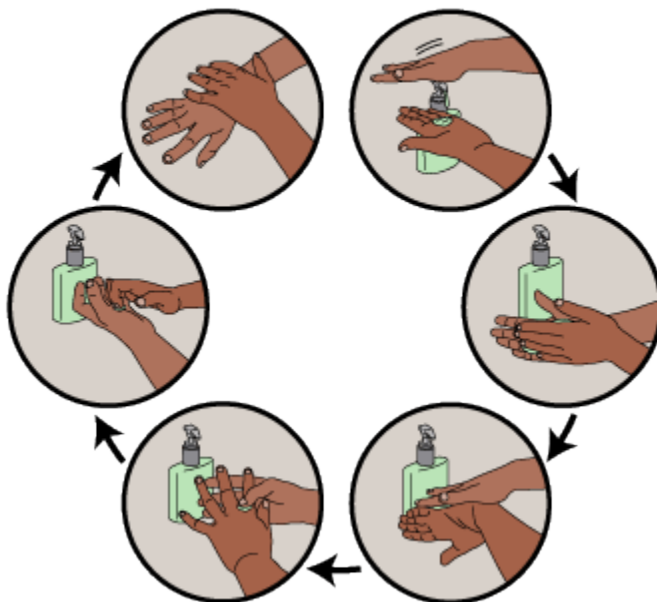
Image Filename

Lavado de manos



Restriéguelas
durante
20 segundos

Desinfectante para manos



¿Qué cuidados se necesitan en casa?

- Pregúntele a su médico qué debe hacer cuando regrese a casa. Asegúrese de hacer preguntas si no comprende lo que dice el médico.
- El personal puede pedirle que use una mascarilla que cubra la boca y la nariz cuando esté en trabajo de parto. Es posible que también deba usar una mascarilla cuando cargue a su bebé. Si está enfermo de COVID-19, es posible que no pueda sostener o estar cerca de su bebé hasta que se sienta mejor.
- Beba mucha cantidad de agua, jugo o caldo para reemplazar los líquidos que pierde con la fiebre.
- Puede usar un humidificador de aire frío para aliviar la congestión y la tos.
- Use 2 o 3 almohadas para elevarse cuando se acueste para facilitar la respiración y el sueño.
- No fume y no beba cerveza, vino ni bebidas mixtas (alcohol).
- Para reducir la posibilidad de contagio de la infección a otros, reciba la vacuna contra la COVID-19.
- Si no está completamente vacunado:
 - **Use una mascarilla que cubra la boca y la nariz si está cerca de otras personas** que no están enfermas. Las mascarillas de tela funcionan mejor si tienen más de una capa de tela.
 - Use una mascarilla que cubra la boca y la nariz cuando alimente o sostenga a su bebé o se extraiga leche.
 - Lávese las manos con frecuencia.
 - Quédese en su casa en una habitación separada, de ser posible, alejado de los demás. Solo salga para recibir atención médica.
 - Use un baño separado, de ser posible.
 - No prepare alimentos para los demás.

¿Qué cuidados se necesitan en la etapa de seguimiento?

- Es posible que los médicos le soliciten que visite el consultorio para evaluar su progreso. No falte a estas citas. Asegúrese de usar una mascarilla durante estas visitas.
- De ser posible, comunique con anticipación al personal que tiene COVID-19 para que se tomen las medidas necesarias para evitar el contagio de la enfermedad.
- Puede llevar algunas semanas que su salud vuelva a la normalidad.

¿Qué medicamentos pueden ser necesarios?

Es posible que el médico le recete medicamentos para lo siguiente:

- Ayudar con la fiebre

¿Estará restringida la actividad física?

Es posible que deba restringir la actividad física. Hable con el médico acerca de la cantidad adecuada de actividad que puede realizar. Si ha estado muy enfermo con la COVID-19, es posible que le tome un tiempo recuperar la fuerza.

¿Será necesario algún otro cuidado?

Los médicos no saben cuánto tiempo puede pasar el virus a otras personas después de enfermarse. Los expertos creen que hay muy pocas posibilidades de transmitir el virus a su bebé a través de la leche materna. Es posible que desee que un adulto sano la ayude a alimentar a su bebé. Si no es así, tenga mucho cuidado con lavarse bien las manos y use una mascarilla. Evite tocarse la cara, la boca o los ojos y evite tocar también la cara, la boca o los ojos de su bebé.

Por ahora, los médicos le están dando pautas generales que debe seguir después de haber estado enfermo. Antes de estar cerca de otras personas, debe hacer lo siguiente:

- No tener fiebre durante 3 días sin tomar ninguna medicación para bajarla
- No presentar síntomas de tos o falta de aire
- Esperar, al menos, 10 días después de haber presentado síntomas por primera vez o tener un examen positivo y también no tener síntomas como se indica más arriba. Algunos expertos sugieren esperar 14 días.

Hable con su médico sobre las vacunas contra la COVID-19.

¿Qué problemas podrían surgir?

- Pérdida de líquidos. Esto se denomina deshidratación.
- Daño a corto plazo o a largo plazo en los pulmones
- Problemas del corazón
- Muerte

¿Cuándo debo llamar al médico?

- Signos de infección. Estos incluyen fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más alta, escalofríos, tos, aumento del esputo o cambio en el color del esputo.
- Le cuesta tanto respirar que solo puede decir una o dos palabras a la vez.
- Necesita sentarse en posición vertical en todo momento para poder respirar o no puede acostarse.
- Tiene dificultad para respirar al hablar o quedarse sentado.
- Tiene orina muy oscura o no orina durante más de 8 horas.
- Su bebé se mueve menos de lo normal o deja de moverse.

- Signos de una afección peligrosa llamada "preeclampsia", como un dolor de cabeza muy intenso o que no desaparece, cambios en la visión o dolor en la parte superior del abdomen.

Repita la enseñanza con sus propias palabras (Teach Back): Ayudándolo a comprender

El método de enseñanza recíproca lo ayuda a comprender la información que le proporcionamos. Después de hablar con el personal, dígame en sus propias palabras lo que aprendió. Esto ayuda a asegurar que el personal haya descrito cada cosa con claridad. También ayuda a explicar cosas que pueden haber sido confusas. Antes de irse a casa, asegúrese de poder hacer lo siguiente:

- Puedo hablarle sobre mi afección.
- Decir qué me puede ayudar a respirar mejor.
- Puedo decirle lo que puedo hacer para ayudar a evitar transmitir la infección a mi bebé y a otras personas.
- Puedo decirle lo que haré si tengo problemas para respirar, mi bebé se mueve menos o mi orina es de color muy oscuro.

Exención de responsabilidad y uso de la información del consumidor:

Esta información no constituye un asesoramiento médico específico y no reemplaza la información que usted recibe del proveedor de atención médica. Es solamente un breve resumen de información general. NO incluye toda la información sobre afecciones, enfermedades, lesiones, pruebas, procedimientos, tratamientos, terapias, instrucciones para el alta hospitalaria u opciones de estilo de vida que puedan ser pertinentes para usted. Debe hablar con el proveedor de atención médica para obtener la información completa sobre las opciones de tratamiento que posee y sobre su salud. No se debe utilizar esta información para decidir si debe o no aceptar los consejos, instrucciones o recomendaciones del proveedor de atención médica. Solamente su proveedor de atención médica tiene el conocimiento y la capacitación para aconsejarle sobre lo que es adecuado para usted. <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>.

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.