

# *Derechos relacionados con COVID-19 durante Embarazo, Parto, y Posparto*

*Mantente informada sobre tus derechos y recuerda:  
tu cuerpo, tu bebé, tus decisiones.*





Las normas y procedimientos de hospital y centros de parto están cambiando según nuestro entendimiento de COVID-19 y su impacto en nuestras familias y comunidades. Preguntale a tu proveedor de atención médica sobre estos cambios—y pregunta a menudo—mantente informada.

Abre este folleto por completo para aprender algunas cosas para tener en mente, mientras navegas la pandemia COVID-19.

## Durante COVID-19 me gustaría asegurar que:

Las personas que me apoyan serán: \_\_\_\_\_

La mejor manera de contactarlos es: \_\_\_\_\_

Fecha y resultado de mi prueba de COVID-19 más reciente: \_\_\_\_\_

Yo he / Yo no he (circula uno) discutido todas las opciones sobre mi parto con mi proveedor de atención médica.

Yo me estoy aprovechando del programa Hogar a Hospital.

Mis proveedores de atención médica son: \_\_\_\_\_

y sus numeros de telefono son: \_\_\_\_\_

Si es seguro hacerlo, yo seré dado de alta del hospital y cuidada por un proveedor de atención médica en mi casa.

Su nombre y numero de telefono es: \_\_\_\_\_

Solamente quiero que mi parto sea inducido si es absolutamente médicamente necesario.

Yo estoy dispuesta a programar una inducción para mi parto.

## Si mi prueba de COVID-19 resulta positiva:

La persona de apoyo que estará a mi lado sera: \_\_\_\_\_

Y la mejor manera de contactarla es: \_\_\_\_\_

Mi persona de apoyo ha dado su consentimiento para acompañarme si mi diagnosis de COVID-19 es positivo.

Yo no quiero parir sola y sin mi persona de apoyo acompañándome.

Yo estoy dispuesta a parir sola si mi persona de apoyo no puede acompañarme.

Si mi prueba de COVID-19 resulta positiva, Yo quiero amamantar... (marque todas que apliquen)

usando extractor de leche

complementando con leche de fórmula

...con equipo de protección propio adecuado para asegurar la seguridad del bebé y de mi.

Si mi prueba de COVID-19 resulta positiva, Yo seré / No seré separada de mi bebé. (circula uno)

En caso de separación me gustaría que: \_\_\_\_\_ se quede con mi bebé.

Yo doy mi consentimiento / No doy mi consentimiento (circula uno) para que mi bebé sea probado para COVID-19 usando un hisopo nasal.

# El embarazo no significa que tengas un mayor riesgo de contraer COVID-19. Estudios recientes informan que las personas embarazadas con COVID-19 tienen un mayor riesgo de enfermedad grave, hospitalización e incluso muerte.

**Durante el embarazo, tu cuerpo está trabajando duro para ti y tu bebé, como resultado, la enfermedad puede ser más difícil de combatir. Es importante protegerse y proteger al bebé de cualquier enfermedad.**

- Actualmente no hay datos (a partir de noviembre de 2020) que muestren que tu bebé puede contraer COVID-19 en el útero (durante el embarazo).
- Si tienes síntomas, has estado cerca de alguien con COVID-19 o no estás segura de los síntomas y señales de advertencia de COVID-19, hable con tu proveedor de atención médica.
  - Las nuevas cepas de COVID-19 son más contagiosas y se propagan más rápido. Se recomienda usar 2 máscaras, preferiblemente una máscara KN95 con una máscara de tela, para ayudar a limitar la propagación.
- **LLama a tu proveedor de atención médica si desarrollas cualquiera de los siguientes síntomas:**
  - Una fiebre superior a 100°F y escalofríos, tos, falta de aliento o dificultad respirando, nueva pérdida de sentido del sabor o sentido del olfato.

*Tenga en cuenta: Es común que personas embarazadas tengan una temperatura de o superior a 100.4°F.*
  - Si tienes dificultad respirando (más de lo que a sido normal para ti durante tu embarazo), no estas respondiendo, tienes los labios o cara azul, sientes dolor o presión en el pecho – llama de inmediato al 911.
- Si tienes Medicaid o Apple Health, no perderás cobertura durante la pandemia de COVID-19.



# Si estás planeando parir en hospital, se te pedirá tomar una prueba de COVID-19 cerca de tu fecha de parto, fecha de inducción, o fecha de cesárea.

También es posible que se le pida tomar una prueba de COVID-19 a cualquier persona de apoyo que te acompañará durante el parto.

- **Haz un plan para que tu y tus personas de apoyo** tomen la prueba de COVID-19 regularmente. Esto puede servir como una estrategia de reducción de daños para evitar intervenciones no deseadas – como la inducción de parto.
- **Muchos condados han establecido sitios de prueba que son gratis para el público.** Sitios de prueba locales se pueden encontrar en línea o con preguntarle a tu proveedor de atención médica. Visita nuestro sitio de web para una lista con información sobre sitios de prueba para COVID-19 en todo los condados: [thematernalcoalition.org](https://thematernalcoalition.org)



*Visita nuestro sitio de web para más información y recursos*

**TheMaternalCoalition.org**

# Ten un plan para cómo navegar recomendaciones para inducciones y otras intervenciones.

***Es importante informarse sobre posibles intervenciones por qué intervenciones de parto pueden influir grandemente en el resultado de tu parto y tu experiencia de posparto.***

- **Intervenciones:** técnicas usadas para cambiar o intervenir con el proceso perinatal. Por ejemplo, masaje, complementar con leche de fórmula, rompimiento médico de aguas, y parto por cesárea.
- **Inducciones:** son una serie de intervenciones médicas que son ofrecidas en hospitales para establecer el parto activo o parto y pueden durar entre 1–4 días.
  - Razones para ser inducida: Preeclampsia, infecciones, problemas de salud con el embarazo o con el bebé, rompimiento de aguas sin parto después de 24 horas, embarazo que dura más de 41 semanas, o por la decisión propia de los padres.
  - Razones para no ser inducida si no hay complicaciones médicas coexistiendo: Incomodidad durante el embarazo, a petición de un doctor, el estimado de que el peso de tu bebe es “demasiado grande,” Un parto que comienza por sí mismo entre 38 y 41 semanas de embarazo, obesidad, edad, discapacidades físicas o cognitivas, condiciones preexistentes que están siendo gestionadas, raza y etnicidad, y estatus de recuperación de adicción.
  - La pandemia de COVID-19, la capacidad del hospital, y otras decisiones relacionadas con el sistema médico (como requiriendo una prueba de COVID-19) NO son razones para inducir tu parto.



# Si tu prueba de COVID-19 resulta positiva...

## Es tu derecho el poder tener una persona de apoyo que consiente acompañarte durante el parto mientras eres positiva de COVID-19.

### *Tu no deberías de tener tu parto sola.*

- Es posible que tu pareja no pueda atender el parto contigo si tu prueba de COVID-19 resulta positiva. Proveedores de atención médica van a querer verificar que hay una persona que es negativa de COVID-19 y que puede cuidar el bebé. Pregúntale a una amiga, miembro de la familia, o doula si está dispuesta a dar su consentimiento para acompañarte durante el parto si resultas positiva de COVID-19.
- Doble verifica los protocolos del hospital/centro de parto con tu proveedor de atención médica porque posiblemente te dirán que no podrás tener una persona de apoyo acompañándote si resultas positiva de COVID-19.

*Estas recomendaciones están basadas en datos actuales desde Noviembre 2020. Esto no es un consejo médico.*

*Este es un documento cambiante y se actualizará a medida que aprendamos más sobre COVID-19. Continúe visitando nuestro sitio web para ver las versiones más actualizadas. Estas recomendaciones se basan en datos actuales a partir de Enero de 2021.*

*Tenga en cuenta que cada hospital y centro de parto va a tener sus propios protocolos así que doble verifica por anticipado y con frecuencia cuáles son los protocolos y actualiza tu plan de parto según los protocolos actuales.*

*Esta temporada de estrés e incertidumbre es profundamente impactante, haciendo más probables los trastornos perinatales del estado de ánimo. Nuestra necesidad de cuidado es más grande que nunca - por eso es muy importante que consideres que apoyó que vas a necesitar, quien es parte de tu comunidad, incluyendo las personas que ves a menudo, y cuáles son los recursos disponibles. Conéctate de manera segura con tu equipo de apoyo por chat de video, envía fotos de tu progreso, haz caminatas. Desarrollando una rutina con tu equipo de apoyo puede asegurar que tendrás a alguien que está al tanto de cómo estás navegando las alegrías y retos por delante.*



# Si tu prueba de COVID-19 resulta positiva...

---

## Los proveedores de atención médica pueden recomendar con insistencia que te separes de tu bebé. La elección es TUYA.

- Tu tienes el derecho de mantener tu bebé contigo con el uso de máscara como medida preventiva, los niveles de transmisión entre madre y bebé han sido bajos.
- Tu proveedor de atención médica podrá recomendar que alguien que no esté enfermo cuide de tu bebé hasta que ya no estés positiva de COVID-19.
- Si regresas a casa, con sospechas o confirmación que eres positiva de COVID-19, tu proveedor de servicios médicos te puede pedir que te mantengas separada del bebé en un cuarto de tu casa y que alguien que no esté enfermo cuide del bebé.
- Práctica precauciones alrededor de tu bebé cómo el uso de una máscara, lavandote las manos frecuentemente, y desinfectando superficies.
- Si un doctor recomienda una prueba de COVID-19 para tu bebé, tú puedes optar por no hacerlo.



**TU CUERPO.  
TU BEBÉ.  
TUS DECISIONES.**





# Si tu prueba de COVID-19 resulta positiva...

---

## Si resultas positiva de COVID-19, Tu puedes y eres alentada amamantar a tu bebé.

- La leche materna/de pecho es muy recomendada para bebés porque contiene anticuerpos que ayudan que el bebé crezca saludablemente y ayuda prevenir que se enferme. Ayuda proteger bebés de:
  - Diarrea y malestares estomacales.
  - Dificultades de respirar.
  - Infecciones.
  - Síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL).
- El amamantar aumenta la unión entre madre y bebé, ayuda con la recuperación del posparto, disminuye trastornos de ánimo en el posparto, libera la hormona oxitocina que promueve vinculación y producción de leche.
- Actualmente, no hay datos que demuestran que el COVID-19 se puede contraer a través de la placenta o la leche materna/de pecho.
- Las siguientes prácticas son recomendadas: lavándose las manos antes y después de tocar al bebé, limpiar superficies rutinariamente, y usar una máscara durante tiempos de amamantamiento como una precaución adicional.
  - ¡Estas prácticas también son alentadas para bebés que son alimentados con fórmula!
  - Sobre la extracción de leche: limpia el extractor de leche antes de usar, lavase las manos, extraiga y almacene leche de manera usual, y después limpia el extractor otra vez.
- Tu tienes el derecho de amamantar tu bebé aunque sospeches o tienes una diagnosis positiva de COVID-19 (todos los detalles siguientes son alentados por la Organización Mundial de Salud):
  - El bebé recibirá anticuerpos de tu leche.
  - Practica las precauciones anteriormente mencionadas.
  - Obtén apoyo sobre el amamantamiento, esto aumenta las posibilidades de que tu bebé amamante exitosamente – con o sin diagnosis positivo.
- Visita nuestro sitio web para opciones de apoyo sobre la lactancia.



## Lo siguiente son preguntas y temas que puedes preguntarle a tu proveedor de atención médica:

- ¿Ha habido cambios recientes en las normas y procedimientos en tu clínica relacionado con COVID-19?
- ¿Cuáles son tus procedimientos de prueba para COVID-19 para mi y las personas que me están apoyando (incluyendo doulas)?
- ¿Quiero saber si el programa de Partera para Hogar a Hospital es una opción disponible? ¿Calificó médicamente? (consulte nuestro sitio de web para más información y recursos sobre el programa de Partera para Hogar a Hospital)
- ¿Quiero saber si el apoyo cibernético (computadora, teléfono móvil, tableta u otros aparatos con conexión a internet) estará disponible con una doula?
- ¿Hay restricciones relacionadas con COVID-19 para que las personas que me apoyan me acompañen durante mi parto? (En ciertas partes del estado de Washington solo una persona - usualmente tu pareja- es permitida).
- ¿Me pueden acompañar mis personas de apoyo durante mi parto, si mi prueba de COVID-19 resulta positiva?
- ¿Si mi prueba de COVID-19 resulta positiva, cuáles son tus normas y procedimientos durante postparto y amamantamiento?
- ¿Cuánto tiempo después del parto seré dado de alta del hospital?
- ¿Como puedo tener un interpretador disponible durante mis citas médicas y durante mi parto?

Visita nuestro sitio de web para más recursos y información:

[TheMaternalCoalition.org](https://www.thematernalcoalition.org)

Gracias a Nuestros Fundadores que nos Apoyaron en la Creación de este Conjunto de Recursos Informáticos:



La Coalición Maternal | [info@thematernalcoalition.org](mailto:info@thematernalcoalition.org)