

INFORMACIÓN PARA PADRES, MADRES Y CUIDADORES CON INFECCIÓN PROBABLE O CONFIRMADA POR CORONAVIRUS (COVID-19).



ASCON
Asociación Colombiana
de Neonatología



EL NACIMIENTO DE TU HIJO ES UN
REGALO MARAVILLOSO Y QUEREMOS AYUDARTE
A MANEJARLO DURANTE ESTA SITUACIÓN.

¿QUÉ TENGO QUE HACER?

RECOMENDACIONES PARA LA MADRE

Si eres madre y te han **confirmado infección por Coronavirus COVID-19** debes seguir cuidadosamente las medidas de HIGIENE Y PROTECCIÓN para prevenir la transmisión a tu hija/o recién nacida/o.

Estas medidas son importantes independientemente de la alimentación que va recibir tu bebé.

Entonces, si no presentas síntomas y te sientes en capacidad de encargarte del cuidado del bebé, puedes mantener el contacto tomando las siguientes precauciones de higiene y aislamiento:

MEDIDAS DE HIGIENE Y AISLAMIENTO

1. Higiene de manos frecuentemente y siempre antes de tocar al bebé.

Lava tus manos con agua y jabón, durante al menos 20 segundos; o utiliza un desinfectante de manos que contenga como mínimo un 60% de alcohol.



2. Uso de tapabocas cuando el bebé se encuentra a menos de dos metros.

Usa la mascarilla quirúrgica para cubrirte la boca y la nariz en todo momento, principalmente cuando el bebé esté al pecho o en contacto piel con piel, o cuando se encuentren a una distancia inferior a 2 metros.

Sobre el uso de los tapabocas, recuerda que debes cambiarlo cada 12 horas con el fin de lograr la protección adecuada.



3. Mantener la piel del seno limpia.

Debes realizar tu aseo diario y mantener limpia la piel del seno lavándote frecuentemente.

De igual manera debes lavar con agua y jabón los utensilios que se usen para la extracción y administración de leche materna (frascos, tazas, cucharas), antes y después de cada uso.



4. Limpiar las superficies de la habitación.

Diariamente prepara una solución de hipoclorito de sodio (2.5 cc de hipoclorito en 100 ml de agua, 5% de concentración) para limpiar las superficies de la habitación con las que entres en contacto, así como los objetos que tocas a menudo (como mesas, manillas de puertas, interruptores de la luz, escritorios, teléfonos, teclados, llaves de agua, etc.).

Vale la pena hacer énfasis en la limpieza constante del celular, ya que es objeto de uso frecuente.

También te recomendamos ventilar con frecuencia tu habitación. Si el bebé se encuentra en la misma, debes trasladarlo de espacio para realizar la limpieza y la ventilación.



5. Respetar el aislamiento recomendado por tu médico.

Si vas permanecer en la misma habitación, recuerda mantener los dos metros de distancia. Si por motivos de espacio, te es imposible cumplir con esta distancia discútelo con tu médico para definir si es necesario el apoyo de un cuidador o el ingreso a un centro hospitalario.

Además de esto, es importante reducir o evitar visitas sociales, evitar el contacto con personas enfermas, incluyendo familiares, no saludar de beso y cubrirte la boca si estornudas o tienes tos.

RECOMENDACIONES PARA EL PADRE U OTRO CUIDADOR

Para evitar contagiar al bebé o a la madre o para evitar contagiarte si no tienes la infección, debes cumplir las mismas medidas de higiene de manos, uso de mascarilla, evitar las distancias menores de 2 metros y limpieza de los espacios de la casa.

Si la madre es positiva asintomática, te sugerimos tener el contacto mínimo recomendado durante al menos 14 días.

Si tienes más hijos, asegúrate de que no tengan contacto cercano con otros niños y encárgate de que todos los miembros de tu familia sigan las medidas de higiene y aislamiento, pues pueden ser fuente de contagio para el bebé. Por eso, recomendamos permanecer en casa.

PREGUNTAS FRECUENTES

¿Puedo amamantar a mi bebé?

La lactancia materna ofrece protección al bebé frente a enfermedades infecciosas y estimula su inmunidad. La leche materna no parece transmitir el coronavirus, sin embargo, hasta obtener más evidencia, recomendamos:

Si debes ser hospitalizada o presentas síntomas severos que imposibiliten la lactancia, puedes optar por leche materna de bancos de leche y como última opción, fórmula láctea.

Si presentas sintomatología respiratoria, puedes extraerte la leche y una vez los síntomas desaparezcan retomar la lactancia.

Si te confirmaron infección por Coronavirus (COVID-19) pero no presentas síntomas, puedes elegir si lactar a tu bebé por succión o administrar la leche extraída hasta contar con un resultado negativo en tu prueba de control.

En cualquiera de las situaciones es necesario consultar con tu pediatra antes de tomar cualquier decisión.



¿Es seguro estar con mi bebé?

El riesgo de contagio por contacto es una realidad, pero puede disminuir si tomas las precauciones que explicamos anteriormente. Ten en cuenta que mientras estés con síntomas el bebé debe ser manejado por un cuidador sano.

¿Puedo hacer contacto piel a piel?

Si bien el contacto madre-hija/o es importante para generar un buen vínculo y para el adecuado desarrollo del recién nacido, en esta situación es importante valorar la condición clínica de la madre y del bebé antes de su realización y tomar medidas preventivas para evitar el contagio.

¿Por cuánto tiempo mantener las medidas de prevención?

Todas estas medidas de prevención se tienen que mantener durante un mínimo de 14 días contando desde el día en que comenzó la sintomatología materna. Puedes retomar el contacto una vez la prueba de control sea negativa.

¿Qué ocurre si mi bebé tiene que ingresar al hospital después de nacer?

Si tu bebé tiene que ser hospitalizado en la unidad neonatal no podrá ser visitado por las personas que tengan una infección por coronavirus (COVID-19) o que hayan estado en contacto estrecho con un sospechoso o positivo, aunque clínicamente estén bien. Esto con la finalidad de prevenir posibles contagios.

¿Y si mi bebé enferma en casa?

Si tu bebé presenta cualquier síntoma respiratorio, gastrointestinal o cualquier cambio en su comportamiento habitual, debe ser llevado a un centro hospitalario para valoración, allí se precisará si requiere ser hospitalizado o no.

¿Cómo continuar los controles y el seguimiento de mi bebé?

Mientras tu prueba para COVID – 19 sea positiva, un cuidador sano debe encargarse de llevar al bebé a los controles programados. Esto, solo si el bebé es negativo y mantienes las recomendaciones de aislamiento, para evitar contagio a otras personas. Además, recuerda evitar las salidas a la calle por otros motivos.

¿Cómo debo usar el tapabocas?

1. Primero: debes asegurarte de tener un tapabocas nuevo o con uso inferior a 12 horas.

2. Segundo: debes tomar las dos bandas elásticas laterales y ubicarlas detrás de las orejas.

3. Tercero: debes ajustar el tapabocas sobre la nariz y asegurate de que cubra completamente nariz y boca.

4. Cuarto: Aunque sea incómodo debes mantenerlo permanentemente cuando estés en contacto con tu hijo o cualquier persona.

Retíralo solo cuando estés a una distancia mayor a dos metros.



Recuerda que esta cartilla brinda recomendaciones para madres, padres o cuidadores que han sido valorados en una institución de salud. Si este no es tu caso, consulta con tu médico antes de tomar cualquier decisión al respecto.

Como neonatólogos y padres, sabemos las implicaciones que tiene esta situación para tu familia e intentamos brindar todo el apoyo posible en estas circunstancias.

Estos momentos requieren de un trabajo en equipo entre profesionales de la salud, padres e hijos.
¡Juntos lo lograremos!

Documento publicado el 18/05/2020

Autores:

Dra. Clara Esperanza Galvis, Dra. Julietha Castro,
Dra. Leslie Martínez y Dra. Martha Africano.

Ilustración:

Catalina Bonnet.



Para mayor información consulta
www.ascon.org.co