

BENEFICIOS DE LA CONSULTA OBSTÉTRICA ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DEL EMBARAZO



ANTES

- Apoyo psicológico.
- Recomendaciones dietéticas y nutricionales.
- Identificar si se padece de alguna enfermedad de transmisión sexual que pudiera interrumpir o perjudicar el embarazo.
- Saber si hay niveles altos de triglicéridos o anemia.
- Practicar y llevar a cabo la técnica de pujo.
- Conocer la posición recomendable para dormir.
- Planear el método anticonceptivo a emplear así como la cantidad de hijos deseados.



DURANTE

- Detectar oportunamente alguna malformación del feto mediante ultrasonido.
- Dar seguimiento para el buen desarrollo fetal.
- Reconocer signos de alarma en el embarazo, tales como:
 - Disminución de los movimientos del bebé.
 - Sangrado vaginal.
 - Dolor de cabeza.
 - Desmayo.
 - Fiebre.
 - Dificultad para respirar.
 - Convulsiones.



DESPUÉS

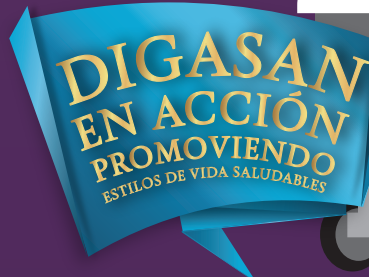
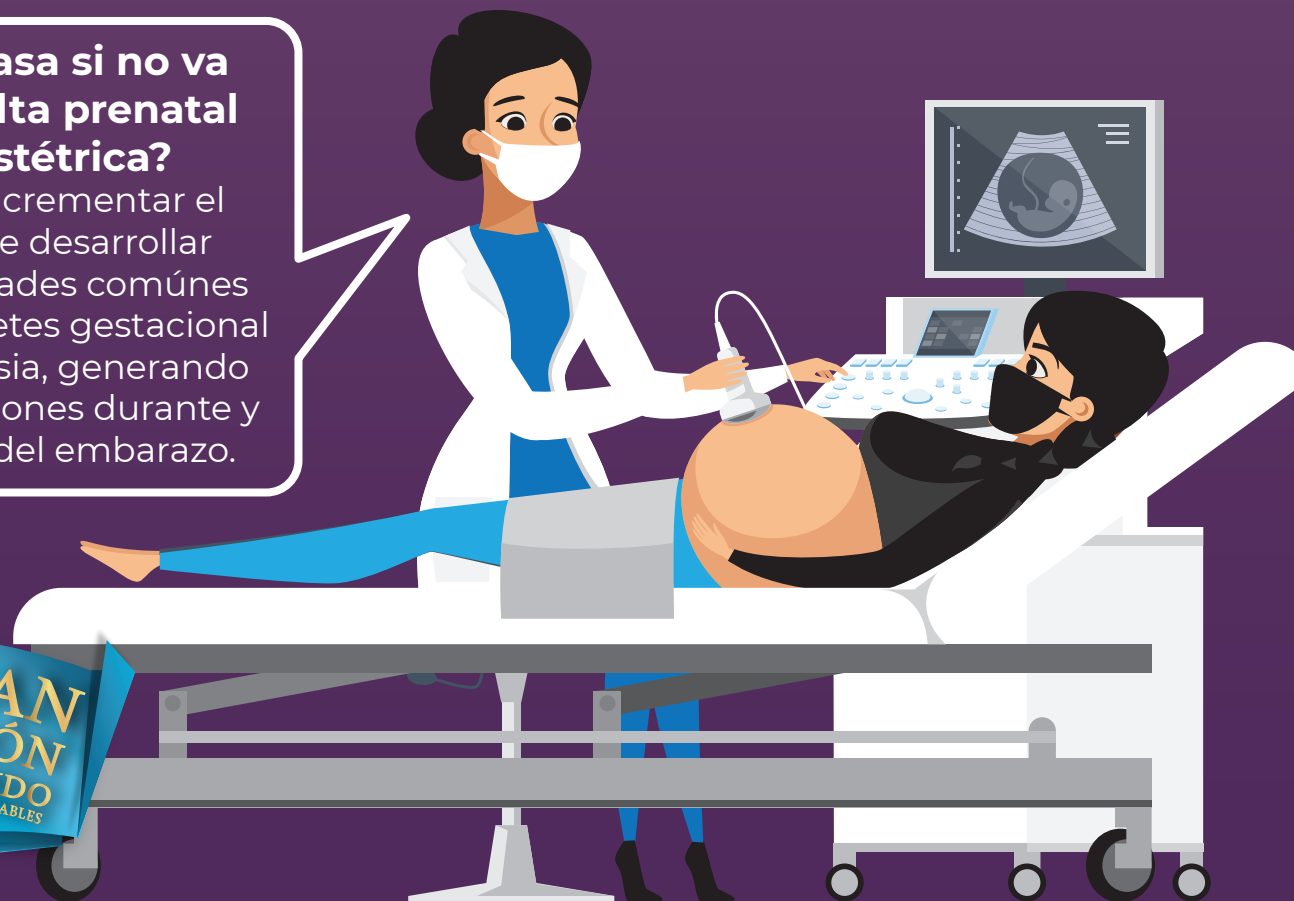
- Realizar los tramites correspondientes ante el registro civil.
- Acudir con su médico para programar el tamizaje al bebé y vacunas.
- Familiarizarse con la técnica adecuada de lactancia, privilegiando la del seno materno.
- Asesoría para planear un próximo embarazo.
- Cuidados del recién nacido.



En la consulta se comprobará el estado de salud de la madre y en caso necesario, se le indicarán los suplementos, además recibirá consejos, tips y capacitación con el fin de llevar un embarazo saludable y sin complicaciones.

¿Qué pasa si no va a consulta prenatal u obstétrica?

Puede incrementar el riesgo de desarrollar enfermedades comunes como diabetes gestacional y preclamsia, generando complicaciones durante y después del embarazo.



MEDIDAS PREVENTIVAS DURANTE EL EMBARAZO, PARTO Y POSPARTO, ANTE LA COVID-19

DURANTE EL EMBARAZO

1. Acuda a consulta prenatal y no la abandone.
2. Mantenga la sana distancia.
3. Lave sus manos frecuentemente.
4. Evite tocarse ojos, nariz y boca.
5. Retire correctamente su cubrebocas.
6. Estornude con el ángulo interno del brazo.
7. Use pañuelos desechables.
8. Haga una dieta baja en azúcares y sal.
9. Realice ejercicio adecuado para el embarazo y quedese en casa.
10. Contacte a su médico vía telefónica en caso de tos, fiebre o dificultad respiratoria.
11. Si da positivo para COVID-19, acuda con su médico, el cuál le indicará el tratamiento necesario para usted.

PARTO

1. La COVID-19 no condiciona el tipo de parto (vaginal / cesárea).
2. Puede recibir el alta antes de lo esperado, para evitar el contagio dentro del hospital.

POSPARTO

1. Comuníquese con su médico si presenta uno de los siguientes síntomas de alarma:
 - a. Sangrado vaginal mayor a la menstruación y/o con mal olor.
 - b. Fiebre.
 - c. Dolor de cabeza constante.
 - d. Tristeza o depresión.
2. Si tiene COVID-19, se recomienda que durante la lactancia realice las siguientes acciones:
 - a. Lávese las manos antes y después de tocar al bebé.
 - b. Utilice cubrebocas.
 - c. En caso de no poder realizar la lactancia directa:
 - Consulte a su médico.
 - Extraiga la leche.
 - Use el banco de leche (lactarios).