

Coronavirus (COVID-19) y atención médica de la mujer: un mensaje para los pacientes



Revisado por: Dra. Valerie French, MD, MAS, FACOG, Universidad de Kansas

Última actualización: 16 de abril de 2020 a las 3:00 p.m. ET

Los expertos están aprendiendo cada día más sobre el nuevo coronavirus que causa COVID-19. El Colegio Estadounidense de Obstetras y Ginecólogos (ACOG) está siguiendo de cerca la situación. Esta página se actualizará a medida que ACOG aprenda más sobre cómo la propagación de COVID-19 afecta la atención médica para las mujeres. Si está embarazada o amamantando, puede encontrar más información en Coronavirus (COVID-19), Embarazo y lactancia: un mensaje para los pacientes.

Tenga en cuenta que si bien esta es una página para pacientes, esta página no está destinada a brindar asesoramiento médico específico y es solo para referencia informativa. El consejo médico debe ser proporcionado por su médico u otro profesional de la salud.

Obstetras-ginecólogos: consulte [acog.org/covid19](https://www.acog.org/covid19) para obtener las últimas actualizaciones de ACOG sobre COVID-19.

- ¿Qué es COVID-19?
- ¿Qué significa COVID-19 para las visitas de rutina a mi ginecólogo?
- ¿Cuándo debería ver a mi ginecólogo en persona?
- ¿Necesito una visita en persona para obtener un método anticonceptivo?
- ¿El aborto requiere una visita en persona?
- ¿Cuándo podría ver a mi ginecólogo en una videollamada o hablar por teléfono?
- ¿Cómo funciona la telemedicina?
- ¿Qué visitas pueden necesitar posponerse?
- ¿Qué cirugías pueden necesitar posponerse?
- ¿Qué debo esperar si tengo una visita al consultorio programada?
- ¿Puedo llevar a mi pareja o hijos a una visita al consultorio?
- ¿Qué sucede si tengo COVID-19 y necesito ver a mi ginecólogo?

- ¿Cómo puedo mantenerme físicamente saludable ahora?
- ¿Cómo puedo manejar el estrés, la ansiedad y la depresión?
- Estoy siendo abusado en casa. ¿Cómo puedo obtener ayuda?
- Quiero quedar embarazada. ¿Debo esperar por COVID-19?
- ¿Qué sucede si tengo otras preguntas sobre el embarazo o la lactancia?

- ¿Qué es COVID-19?

COVID-19 es una nueva enfermedad que afecta los pulmones y la respiración. Es causada por un nuevo coronavirus. Los síntomas incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar. También puede causar problemas estomacales, como náuseas y diarrea, y una pérdida del sentido del olfato o del gusto. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus.

- ¿Qué significa COVID-19 para las visitas de rutina a mi ginecólogo?

Mientras el virus se propaga, su ginecólogo u otro profesional de la salud pueden cambiar su chequeo regular. Si no tiene ninguna inquietud urgente, su revisión puede retrasarse hasta que exista un menor riesgo de estar expuesto al virus. O puede hablar con su ginecólogo por teléfono o en una videollamada. Esto se llama telemedicina o telesalud.

Cualquier cambio en las visitas de atención médica dependerá de muchos factores, incluidos

- Su salud (¿tiene síntomas urgentes?)
- Cuánto se está propagando el virus en su comunidad
- Su acceso a internet y una computadora o teléfono
- Los recursos de su equipo de atención médica

- ¿Cuándo debería ver a mi ginecólogo en persona?

Es posible que necesite ser visto en persona si tiene una preocupación urgente sobre su salud o seguridad. Aquí hay algunos ejemplos de problemas urgentes que pueden necesitar atención en persona de inmediato:

- Fiebre o infección vaginal que no está relacionada con COVID-19
- Síntomas de un embarazo ectópico, incluido dolor en la pelvis, el abdomen o la parte baja de la espalda
- Problemas con la recuperación después de una cirugía reciente u otro procedimiento
- Sangrado vaginal severo

Esta no es una lista completa. Llame a su ginecólogo u otro profesional de la salud si tiene algún síntoma que le moleste o vaya al hospital si tiene una emergencia.

-¿Necesito una visita en persona para obtener un método anticonceptivo?

Es posible que pueda obtener un método anticonceptivo sin una visita al consultorio. No necesita un examen físico o pruebas para detectar infecciones de transmisión sexual (ITS) para obtener una receta anticonceptiva.

Pero si desea un dispositivo intrauterino (DIU), un implante anticonceptivo o una esterilización, necesitará una visita al consultorio. Su ginecólogo puede sugerirle píldoras anticonceptivas, un anillo vaginal u otro método controlado por el usuario hasta que se pueda programar una visita al consultorio. Hable con su ginecólogo u otro profesional de la salud sobre estas opciones.

-¿El aborto requiere una visita en persona?

Si está en su primer trimestre, es posible que pueda someterse a un aborto con medicamentos. Esto implica tomar dos píldoras, ya sea en casa o en una visita al consultorio. Es seguro tomar las píldoras en casa, pero aún puede necesitar una visita al consultorio para recoger las píldoras. Esto se debe a cómo se regulan las píldoras (no puede obtenerlas en una farmacia). También es posible que necesite una visita al consultorio si necesita o prefiere un procedimiento de aborto, en lugar de un aborto con medicamentos. (Consulte Aborto inducido para obtener más información).

El acceso al aborto puede depender de las leyes estatales y locales. Pero el aborto es una atención médica esencial que no debe retrasarse debido a COVID-19.

-¿Cuándo podría ver a mi ginecólogo en una videollamada o hablar por teléfono?

Su visita puede hacerse por teléfono o en una videollamada si necesita:

- Una receta anticonceptiva, incluida la anticoncepción de emergencia
- Ayuda con los síntomas de la menopausia
- Cuidado de la salud mental
- Ayuda con el abuso en el hogar (llamado violencia de pareja o violencia doméstica)
- Para discutir sus opciones si descubre o cree que está embarazada
- Un chequeo de rutina después de una cirugía u otro procedimiento

El acceso a estos servicios con telemedicina puede depender de:

- Lo que permiten sus leyes estatales y locales
- Si su equipo de atención médica está configurado para telemedicina

- Si tiene acceso a internet y una computadora o teléfono

-¿Cómo funciona la telemedicina?

Si tiene acceso a Internet y a una computadora o teléfono, su ginecólogo u otro profesional de atención médica pueden solicitarle una visita virtual de atención médica. Ellos hablarán con usted sobre cómo funciona esto. Es posible que le soliciten que descargue una aplicación de videollamadas o que use una que ya tenga. Si necesita ayuda, pueden enseñarle cómo descargar y usar la aplicación. O simplemente pueden usar una llamada telefónica.

También se le puede pedir que haga algunas cosas en casa, antes o después de la visita. Es posible que le pidan que les envíe una foto, como una imagen de una herida que se está curando después de la cirugía. O pueden pedirle que se tome la temperatura o la presión arterial en casa. Le dirían cómo hacer esto y cómo obtener las herramientas que necesita para hacerlo.

Su equipo de atención médica debe darle instrucciones para cualquier cosa que le pidan que haga. Si necesita más ayuda, asegúrese de avisarles. Y no importa cómo se realice su visita, su equipo de atención médica debe mantener en privado lo que comparte con ellos.

- ¿Qué visitas pueden necesitar posponerse?

Mientras COVID-19 se está extendiendo, su chequeo regular puede posponerse (ver arriba). Algunas evaluaciones de rutina también pueden posponerse. Por ejemplo, si se debe realizar una mamografía de rutina pero no tiene un alto riesgo de cáncer de seno, su revisión puede reprogramarse. Las pruebas de detección y los chequeos deben continuar cuando existe un menor riesgo de exposición al virus.

Algunos tratamientos de infertilidad también pueden retrasarse. Hable con su ginecólogo u otro profesional de la salud sobre esta posibilidad.

-¿Qué cirugías pueden necesitar posponerse?

Mientras COVID-19 se está extendiendo, algunas cirugías pueden posponerse para liberar recursos de atención médica y protegerlo de la enfermedad. Esto puede suceder si vive en un área donde muchas personas tienen COVID-19, y si la demora no lo perjudicaría. Hable con su ginecólogo u otro profesional de la salud si tiene una cirugía programada.

-¿Qué debo esperar si tengo una visita al consultorio programada?

Si tiene una visita programada, el consultorio de su ginecólogo puede llamarlo con anticipación. Pueden informarle sobre la telemedicina. Si va a la oficina, le preguntarán si tiene síntomas de COVID-19. También puede llamarlos antes de sus visitas si no tiene noticias suyas.

-¿Puedo llevar a mi pareja o hijos a una visita al consultorio?

Llame con anticipación antes de traer a alguien con usted, incluidos sus hijos. Su equipo de atención médica puede haber cambiado sus políticas para ayudar a prevenir la propagación de COVID-19.

-¿Qué sucede si tengo COVID-19 y necesito ver a mi ginecólogo?

Si tiene COVID-19 o cree que puede tenerlo, debe llamar a su ginecólogo u otro profesional de la salud antes de su visita. Es posible que deba reprogramar su visita para evitar la propagación del virus. Si tiene un problema urgente para su ginecólogo (ver arriba), es posible que pueda programarlo para la última cita del día o verlo en un área que esté separada de otros pacientes. También deben informarle sobre cualquier política que pueda haber cambiado, como si puede traer a sus hijos con usted. Cuando vaya a su cita, use una máscara.

-¿Cómo puedo mantenerme físicamente saludable ahora?

Puede mantenerse saludable siguiendo las recomendaciones habituales, que incluyen:

- Comer comidas saludables (ver Alimentación saludable).
- Hacer ejercicio regularmente (consulte Mantenerse activo, aunque tenga en cuenta permanecer en casa o lejos de otras personas mientras hace ejercicio).
- Dormir lo suficiente.
- Evitar el alcohol y las drogas (ver Alcohol y mujeres).

-¿Cómo puedo manejar el estrés, la ansiedad y la depresión?

Algunas mujeres pueden sentir miedo, incertidumbre, estrés o ansiedad debido a COVID-19. Llegar a amigos y familiares durante este tiempo puede ayudar. Las llamadas telefónicas, los mensajes de texto y los chats en línea son formas seguras de mantenerse conectado.

También hay recursos de tratamiento y apoyo a los que puede acceder por teléfono o en línea. Hable con su obstetra ginecólogo u otro profesional de la salud sobre cómo obtener ayuda si tiene síntomas como estos:

- Sentirse triste, sin esperanza, sin valor o indefenso.
- Tener miedo o preocupación, lo que puede causar latidos cardíacos rápidos.
- Sentir que no vale la pena vivir
- Tener pensamientos repetidos, aterradores y no deseados que son difíciles de eliminar.

Si está en crisis o siente que quiere hacerse daño a sí mismo o a otros, llame al teléfono a este fin de su ciudad de inmediato.

La actividad física también puede ayudar a su salud mental. Y puede ser útil concentrarse en su respiración cada día, especialmente si se siente ansioso. Inhale durante 4 segundos, sostenga durante 7 segundos y exhale durante 8 segundos. Repite tres veces.

- Estoy siendo abusado en casa. ¿Cómo puedo obtener ayuda?

Los tiempos de crisis pueden ser muy difíciles para las personas en relaciones abusivas. El abuso en el hogar se conoce como violencia de pareja o violencia doméstica. Si necesita ayuda,

puede llamar a su ginecólogo, otro profesional de la salud o a la línea directa nacional gratuita de violencia doméstica las 24 horas.

- Quiero quedar embarazada. ¿Debo esperar por COVID-19?

Esta es una decisión personal. Puede tomar la decisión en función de su salud, los riesgos potenciales de COVID-19 y otros factores.

Los investigadores todavía están aprendiendo cómo COVID-19 afecta a las mujeres embarazadas. Los informes actuales muestran que las mujeres embarazadas no tienen síntomas más graves que el público en general. Pero las personas con algunas afecciones de salud, como diabetes mellitus, enfermedad pulmonar o enfermedad cardíaca, tienen un mayor riesgo de enfermedad grave por COVID-19.

Según la investigación actual, no es probable que COVID-19 pase al feto durante el embarazo, el parto o el parto. Pero se necesita más investigación sobre esto. Después del nacimiento, un recién nacido puede contraer el virus si está expuesto a él.

Hable con su obstetra ginecólogo u otro profesional de la salud sobre cómo su atención durante el embarazo y el parto pueden verse afectados mientras se propaga COVID-19.

-¿Qué sucede si tengo otras preguntas sobre el embarazo o la lactancia?

Ver Coronavirus (COVID-19), Embarazo y lactancia: un mensaje para los pacientes.

Recursos

Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC)

- Coronavirus (COVID-19): un centro para obtener la información más reciente sobre lo que todos necesitan saber sobre el coronavirus y COVID-19.
- Cómo prepararse: aprenda cómo se propaga el virus, cómo protegerse y proteger a su familia, y cómo manejar la ansiedad y el estrés.
- Si está enfermo: orientación sobre qué hacer si tiene COVID-19 o cree que puede tenerlo.
- Viajes: preguntas frecuentes para viajeros y avisos de viaje para cada país.

Línea de ayuda de socorro por desastre de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias

Línea directa nacional de violencia doméstica

Línea de vida nacional para la prevención del suicidio

Glosario

Implante anticonceptivo: una varilla pequeña y única que se inserta debajo de la piel en la parte superior del brazo. El implante libera una hormona para prevenir el embarazo.

Diabetes mellitus: una condición en la que los niveles de azúcar en la sangre son demasiado altos.

Anticoncepción de emergencia (EC): métodos que se utilizan para prevenir el embarazo después de que una mujer haya tenido relaciones sexuales sin control de natalidad, después de que el método haya fallado o después de una violación.

Ginecólogo: un médico con capacitación y educación especial en salud de la mujer.

Infertilidad: la incapacidad de quedar embarazada después de 1 año de tener relaciones sexuales regulares sin el uso de anticonceptivos.

Dispositivo intrauterino (DIU): un pequeño dispositivo que se inserta y se deja dentro del útero para evitar el embarazo.

Menopausia: el momento en que los períodos menstruales de una mujer se detienen permanentemente. La menopausia se confirma después de 1 año sin períodos.

Infecciones de transmisión sexual (ITS): infecciones que se transmiten por contacto sexual. Las infecciones incluyen clamidia, gonorrea, virus del papiloma humano (VPH), herpes, sífilis y virus de inmunodeficiencia humana (VIH, la causa del síndrome de inmunodeficiencia adquirida [SIDA]).

Esterilización: un método anticonceptivo permanente.

Trimestre: un tiempo de 3 meses en el embarazo. Puede ser primero, segundo o tercero.

La Dra. French es un obstetra-ginecóloga especializada en planificación familiar. Se desempeña como profesora asistente en el Departamento de Obstetricia y Ginecología de la Universidad de Kansas en Kansas City. Ella es la presidenta del Panel de Revisión de Educación del Paciente del Colegio Estadounidense de Obstetras y Ginecólogos.

Si tiene más preguntas, comuníquese con su obstetra-ginecólogo.

Traducción y adaptación: Dra. Patricia Cingolani

FAQ512. Copyright abril de 2020 por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos

Esta información está diseñada como una ayuda educativa para los pacientes y presenta información actual y opiniones relacionadas con la salud de las mujeres. No pretende ser una declaración del estándar de atención, ni incluye todos los tratamientos o métodos de atención adecuados. No es un sustituto del juicio profesional independiente de un clínico tratante. Lea el descargo de responsabilidad completo de ACOG.

FUENTE: <https://www.acog.org/patient-resources/faqs/womens-health/coronavirus-and-womens-health-care?fbclid=IwAR3vh0EMFQvIZINkx5uzdA1OeM-axu-8MJqAXwizWgp-mNWWAne-SFklcFY>