

Enfoque de UCSF para las consultas prenatales durante la COVID-19

La COVID-19 nos ha brindado la oportunidad de reflexionar sobre cómo atendemos a nuestras pacientes. Para tratar de encontrar un equilibrio entre su seguridad y el distanciamiento físico durante el brote de COVID-19, sugerimos el siguiente cronograma para sus consultas prenatales, que incluye tanto consultas en persona como por video.

Este cronograma es solo una sugerencia. Para la mayoría de las pacientes de bajo riesgo, ofrecemos a continuación una guía aproximada de cuándo realizar las consultas y qué tipo de consulta es indicada. Usted y su proveedor de atención obstétrica (médico, enfermera certificada o enfermera titulada especializada en obstetricia) pueden elaborar el plan que mejor se adapte a usted y a sus necesidades.

"En persona" (IP, siglas en inglés): Significa que tendrá una consulta tradicional con su médico en el centro de salud donde este pasa consulta: Mission Bay (1825 4th Street) | Mt. Zion (2356 Sutter Street) | Owens Street (1500 Owens Street) | San Mateo (1100 Park Place)

Se la evaluará para detectar síntomas antes de la consulta y se le pedirá que use una mascarilla en todo momento. Si no tiene una mascarilla apropiada, se le proporcionará una. Todos los trabajadores de la salud con quienes interactúe usarán mascarillas. Las políticas de visitas están en constante evolución, pero en las clínicas ambulatorias no se permiten visitantes por el momento. Si esto cambia, informaremos a nuestros pacientes de inmediato.

¡La invitamos a usar nuestro servicio de WiFi (UCSF Guest) y compartir su consulta (prenatal o ecografía) con sus seres queridos por teléfono, Zoom, FaceTime, Duo, etc.! Será un placer ayudarla con esto. Encontrará la información de WiFi en todas las salas de exámenes.

"Consulta por video" (VV, siglas en inglés): Significa una consulta virtual a través de una conexión segura por Zoom de UCSF. A través de MyChart se le enviarán instrucciones y un enlace seguro para conectarse con su proveedor en un horario determinado. Sugerimos que elija un lugar tranquilo en su casa, con acceso seguro a Internet. Si no tiene un dispositivo que le permita usar Zoom, o no tiene acceso seguro a Internet, comuníquese con nuestro consultorio.

Nos esforzamos por brindar continuidad. Después de su primera consulta prenatal, programe sus próximas consultas prenatales, siempre que sea posible, con el proveedor que usted elija, usando esto como guía. Programaremos los tipos de consultas según esta guía. Si desea o necesita una exploración clínica, hable con su proveedor sobre cambiar a una consulta en persona. Tenga en cuenta que la consulta en persona puede ser con otro proveedor según la disponibilidad, pero haremos todo lo posible para que la siga atendiendo el mismo proveedor. Gracias por su paciencia y su continua flexibilidad en este proceso.

Plan sugerido de consultas prenatales

Edad gestacional	Consulta en persona (IP), por teléfono o por video (VV)	Nombre de la consulta	¿Qué puede esperar durante la consulta?
Antes de las 12 semanas	IP	Consulta de confirmación del embarazo	Constantes vitales (presión arterial y peso) y exploración clínica, ecografía inicial para calcular la edad gestacional, charla sobre las pruebas genéticas y los análisis de laboratorio prenatales (que habitualmente se realizan después de las 10 semanas).
11-13 semanas	IP en un Centro de Diagnóstico Prenatal*	Ecografía de translucidez nucal (NT, por sus siglas en inglés)	Si elige realizarse las pruebas genéticas, esta ecografía probablemente sea una de ellas. También podrían necesitarse más análisis de sangre para las pruebas genéticas.
12-16 semanas	VV	Nueva consulta obstétrica	Charla sobre los resultados de los análisis de laboratorio y los síntomas. Nos aseguraremos de que se pidan la ecografía morfológica y las pruebas genéticas (2do trimestre). <i>continúa</i> 
18-22 semanas	VV	Consulta obstétrica de revisión	Charla sobre los resultados de las pruebas genéticas y control de los síntomas. Pedido de los análisis de laboratorio del 3er trimestre (prueba de diabetes gestacional, hemograma completo, etc.).

Plan sugerido de consultas prenatales

Edad gestacional	Consulta en persona (IP), por teléfono o por video (VV)	Nombre de la consulta	¿Qué puede esperar durante la consulta?
20-21 semanas	IP en un Centro de Diagnóstico Prenatal*	Ecografía morfológica	La ecografía morfológica ofrece un panorama detallado del desarrollo del bebé.
24-28 semanas	IP (o VV si prefiere tener una consulta más rápida con una enfermera para su vacuna TDaP y los análisis de laboratorio solamente).	Consulta obstétrica de revisión	<p>Constantes vitales, control de síntomas, revisión de los preparativos para el 3er trimestre, el parto y los beneficios del amamantamiento.</p> <p>Puede elegir programar esta cita entre las 27 y 28 semanas para así poder pasar por el laboratorio y hacerse los análisis de laboratorio del 3er trimestre (la prueba de diabetes gestacional toma 1 hora) y ponerse la vacuna TDaP.</p> <p>Consulte con su proveedor para ver si también necesita una inyección de Rhogam (depende de su grupo sanguíneo).</p>
30-34 semanas	VV	Consulta obstétrica de revisión	<p>Control de síntomas, charla sobre la preparación para el parto y el plan del parto.</p> <p style="text-align: right;"><i>continúa</i> ▶</p>

Edad gestacional	Consulta en persona (IP), por teléfono o por video (VV)	Nombre de la consulta	¿Qué puede esperar durante la consulta?
36-37 semanas	IP o VV	Consulta obstétrica de revisión	<p>Lo más probable es que esta deba ser una consulta en persona, a menos que deba realizarse pruebas en reposo (NST, por sus siglas en inglés) en el Centro de Pruebas Prenatales (Antenatal Testing Center, ATC).</p> <p>En esta consulta, veremos la presentación del bebé (cabeza para abajo o de nalgas) con una ecografía rápida.</p> <p>También le haremos una prueba para detectar una infección por estreptococos del grupo B (GBS).</p> <p>Si debe asistir al centro para las pruebas prenatales, la muestra para la prueba de detección de GBS se obtendrá durante su consulta de NST.</p>
Después de las 38 semanas y cada 2 semanas hasta el parto	IP o VV	Consulta obstétrica de revisión	Revisión de síntomas, preparación para el parto, charla sobre la inducción del parto (si se necesita).
2-3 semanas después del parto	VV	Consulta puerperal	Control de síntomas después del parto. Esta consulta es opcional y usted puede decidir si la necesita o no.
6-8 semanas después del parto	IP o VV	Consulta puerperal	<p>Constantes vitales, exploración clínica y control de síntomas.</p> <p>Si quiere una exploración física, necesita una prueba de Papanicoláu o quiere que se le coloque un dispositivo intrauterino (DIU), debe programar una consulta en persona.</p>

*En el centro de Mission Bay, después de la ecografía, mediremos las constantes vitales (presión arterial, peso). Recomendamos que todas nuestras pacientes obtengan un tensiómetro digital para el brazo y se tomen la presión arterial con regularidad durante todo el embarazo. La mayoría de los seguros cubren el costo del tensiómetro, y podemos proporcionarle una receta. Avísenos en caso de que su seguro no cubra el tensiómetro. Hable con su proveedor de atención obstétrica sobre lo siguiente: con qué frecuencia debe tomarse la presión arterial, cuál es el intervalo de los valores normales, cuáles son los síntomas preocupantes y cuándo debe llamarnos.