



THROUGH OUR LENS

EN ESPAÑOL | OTOÑO 2026

VIRUS RESPIRATORIO SINCITAL

LISTA DE PREPARACIÓN

Detalles que debes
tener en cuenta
antes del parto

PÁG. 10

SALUD CON SENSATEZ

Conoce los riesgos,
los síntomas y cómo
controlarlos

PÁG. 12

FINANZAS

¿Quién paga qué?

PÁG. 14



ESCANÉAME

Accede a este
contenido en línea.
Usa la cámara de tu
teléfono móvil para
activar el código QR.

CONTENIDO



14 FINANZAS

¿Quién paga qué?

“Cuando las familias salen del hospital, especialmente las familias de nuestras comunidades, existe una gran variedad de circunstancias que pueden afectar su regreso para la visita de las dos semanas”.

—Adjoa Kyerematen, defensora de la equidad en salud y vicepresidenta de asuntos públicos y comunicaciones del National Minority Quality Forum, con sede en Washington D.C.

03 NOTICIAS

Las investigaciones más recientes

04 NÚMEROS IMPORTANTES

Información y datos

09 BUENO SABERLO

Guía para padres

10 LISTA DE PREPARACIÓN

Detalles que debes tener en cuenta antes del parto

12 SALUD CON SENSATEZ

Conoce los riesgos, los síntomas y cómo controlarlos



¡QUEREMOS CONOCER TU OPINIÓN!
PARTICIPA EN NUESTRO SONDEO



ESCANÉAME

¡Tu opinión es importante!
Cuéntanos qué te parecen nuestras guías y cuadernos de ejercicios. Usa la cámara de tu teléfono móvil para activar el código QR.



09



10

WebMD Through Our Lens En Español no es responsable por reclamos publicitarios. WebMD Through Our Lens En Español (ISSN 1553-9946) es publicado por WebMD LLC y no puede ser reproducido total o parcialmente sin permiso por escrito de WebMD LLC. Todo el contenido editorial es revisado por nuestra junta de médicos certificados, es solo para fines informativos, y no pretende ser un sustituto del consejo, diagnóstico o tratamiento de un médico profesional. WebMD no respalda ningún producto, servicio o tratamiento específico. Siempre consulta con un profesional de la salud para cualquier pregunta relacionada con una afección médica y nunca ignores el consejo médico profesional ni tardes en buscarlo por algo que hayas leído en WebMD Through Our Lens En Español. Si crees que tienes una emergencia médica, llama a tu médico o al 911 de inmediato. 2026 WebMD LLC. Todos los derechos reservados.

LA INFORMACIÓN MÁS ACTUALIZADA SOBRE el virus respiratorio sincitial (VRS)



CERREMOS LA BRECHA

Ahora que los anticuerpos monoclonales están disponibles, la atención se ha centrado en quiénes los reciben y dónde aún existen brechas. Al revisar historiales médicos, los investigadores observaron que la protección contra el VRS aumentó del 47.7% en la temporada de 2023-2024 al 60.5% en la del 2024-2025. Los bebés cuyas familias enfrentaban dificultades relacionadas con la alimentación, la vivienda o el transporte tenían más probabilidades de recibir protección contra el VRS, independientemente de su raza o etnia. Sin embargo, los bebés negros no hispanos seguían teniendo menos probabilidades de estar protegidos, lo que demuestra que las disparidades persisten. Si bien el acceso está mejorando, todavía son necesarios los esfuerzos continuos para cerrar las brechas de equidad.

FUENTE: *Academic Pediatrics*

PROTEGER A LOS PREMATUROS

Las infecciones respiratorias, incluido el VRS, afectan con mayor gravedad a los pulmones de los bebés prematuros y, sin un seguimiento médico constante, hasta los síntomas leves pueden convertirse rápidamente en emergencias graves. Un estudio realizado en Estados Unidos reveló que los bebés prematuros de raza negra e hispanos acudieron a urgencias con mayor frecuencia debido a enfermedades respiratorias durante su primer año de vida en comparación con los bebés blancos. Las dificultades para acceder a la atención médica pueden contribuir a estas disparidades. Los hallazgos subrayan la importancia de hacer preguntas, asistir a las citas de seguimiento y comunicar cualquier cambio que observes en la respiración o en el estado de salud general de tu bebé.

FUENTE: *Journal of Perinatology*

MÁS DE 3.6 millones

Número de hospitalizaciones
que ocurren a nivel mundial
cada año debido al VRS entre
niños menores de 5 años.

FUENTE: Organización Mundial de la Salud (OMS)

EL CONOCIMIENTO ES PODER

Muchos factores pueden influir en que un bebé reciba o no protección contra el VRS. Una encuesta realizada a padres de bebés pequeños reveló que las familias con mayores ingresos, con seguro privado o aquellas en las que uno de los padres trabajaba en el sector de la salud tenían más probabilidades de afirmar que planeaban que su bebé recibiera el anticuerpo monoclonal contra el VRS. Los bebés que asistían a guarderías infantiles también tenían más probabilidades de recibir el anticuerpo, posiblemente debido a que los niños en estos entornos están expuestos a más enfermedades respiratorias. Fomentar la concienciación y la educación sobre la salud, así como garantizar una disponibilidad constante de opciones para proteger contra el VRS, podría ayudar a que más bebés reciban el apoyo que necesitan.

FUENTE: *Pediatric Reports*



30 minutos

Cantidad de tiempo que puede permanecer vivo
el VRS sobre manos que no han sido lavadas, lo que
aumenta el riesgo de propagar el virus.

FUENTE: OHSU Health

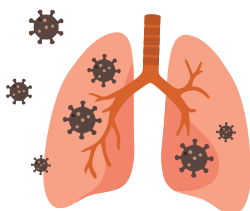
Este contenido se creó utilizando diversas herramientas editoriales, incluyendo la inteligencia artificial, como parte del proceso. Los editores humanos revisaron el contenido antes de su publicación.

INFORMACIÓN Y DATOS

Revisado por la Dra. Brunilda Nazario, MD, editora médica principal de asuntos médicos de WebMD

ENTRE 20% y 30%

Porcentaje de niños infectados por el virus respiratorio sincitial (VRS) que desarrollan infecciones graves en los pulmones, como bronquiolitis o neumonía.



Porcentaje de madres con pocas probabilidades de obtener protección contra el VRS para sus bebés mediante anticuerpos durante la temporada 2023-2024, lo que subraya la necesidad de continuar educando sobre el tema.

HASTA 12%

ALREDEDOR DEL 70%

Porcentaje de bebés negros que han recibido protección contra el VRS, comparado con cerca del 87% de los bebés asiáticos, lo que refleja diferencias en el acceso a la atención relacionada con el VRS.

HASTA 3%

Porcentaje de niños en su primer año de vida que son hospitalizados cada año en los Estados Unidos debido a una infección por el VRS.



50% más

Probabilidad que tienen las mujeres negras de dar a luz prematuramente en comparación con las mujeres blancas o hispanas, lo que expone a sus bebés a un mayor riesgo de contraer una infección grave por el VRS.



81%

Cantidad de padres hispanos que planeaban administrar el anticuerpo contra el VRS a su bebé, según un estudio.



CERCA DEL 67%

Cantidad de hispanos en Estados Unidos que afirmaron estar familiarizados con y preocupados por el VRS.

FUENTES: American Academy of Pediatrics, National Minority Quality Forum, Journal of Immigrant and Minority Health

Este contenido se creó utilizando diversas herramientas editoriales, incluyendo la inteligencia artificial, como parte del proceso. Los editores humanos revisaron el contenido antes de su publicación.



 **Beyfortus**[®] | 50 mg
(nirsevimab-alip) | 100 mg
Inyección

El VRS es impredecible

¿Tienes un plan para ayudar a proteger a tu bebé?

El VRS (virus respiratorio sincitial) por lo general causa síntomas similares a los de un resfriado, pero puede convertirse en una infección pulmonar grave, como bronquiolitis y neumonía, en cualquier bebé.



No se puede predecir a qué bebés les puede pasar esto, ni siquiera teniendo en cuenta la experiencia de sus hermanos.



Una temporada típica del VRS dura 5 meses. Suele durar desde el otoño hasta la primavera y alcanza su punto máximo en invierno.

INDICACIÓN

Beyfortus es un medicamento recetado que se usa para ayudar a prevenir una enfermedad pulmonar grave causada por el virus respiratorio sincitial (VRS) en:

- Recién nacidos y bebés menores de 1 año de edad nacidos durante o a inicios de su primera temporada del VRS.
- Niños de hasta 24 meses que siguen teniendo riesgo de sufrir una enfermedad grave por el VRS durante su segunda temporada del VRS.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE

Tu hijo/a no debe recibir Beyfortus si tiene un historial de reacciones alérgicas graves a nirsevimab-alip o a cualquiera de los ingredientes de Beyfortus.

Por favor, consulta la Información de seguridad importante y el Resumen breve de la Información del paciente en las páginas siguientes.

Beyfortus[®] | 50 mg
(nirsevimab-alip) | 100 mg
Inyección

Beyfortus: una capa de protección para tu bebé durante esta temporada del VRS



Comienza a planificar hoy

**Más de 11 millones
de bebés ya han
sido inmunizados
con Beyfortus.**

**Mientras que estás aquí,
pregúntale al médico de
tu bebé sobre Beyfortus
y cómo puede recibirlo.**



**No existe una forma 100 % segura de evitar
que tu bebé se exponga al VRS.**

**Tu bebé puede recibir una capa adicional de
protección contra la infección pulmonar grave
por el VRS con Beyfortus.**

Beyfortus es un anticuerpo preventivo, no una vacuna. Los anticuerpos preventivos se administran directamente al bebé para combatir el virus del VRS. Beyfortus ayuda a ofrecer protección ya lista contra una infección pulmonar grave por el VRS. Los anticuerpos comenzarán a actuar como un guardaespaldas, luchando contra el VRS para proteger a tu bebé, que es precisamente lo que necesita su sistema inmunitario a esta edad.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE

Antes de que tu hijo/a reciba Beyfortus, infórmale a su proveedor de atención médica sobre todas las afecciones médicas de tu hijo/a, incluso si ha presentado lo siguiente:

- si alguna vez ha tenido una reacción a Beyfortus.
- si tiene problemas de hemorragia o hematomas. Si tu hijo/a tiene un problema de hemorragia o sufre hematomas fácilmente, la inyección puede provocar problemas.

**Por favor, consulta la Información de seguridad importante y el Resumen breve
de la Información del paciente en las páginas siguientes.**

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE

Infórmale a su proveedor de atención médica sobre todos los medicamentos que toma tu hijo / a, incluidos los medicamentos de venta libre y de venta con receta, las vitaminas y los suplementos a base de hierbas. Tu hijo / a lactante no debe recibir el medicamento llamado palivizumab si ya recibió Beyfortus en la misma temporada del VRS.

Se han producido reacciones alérgicas graves con Beyfortus. Busca ayuda médica de inmediato si tu hijo/a tiene cualquiera de los siguientes signos o síntomas de reacción alérgica grave:

- hinchazón de la cara, la boca o la lengua
- dificultades para tragar o respirar
- sin capacidad de respuesta
- piel, labios o parte interior de las uñas de color azul
- debilidad muscular
- erupciones cutáneas, urticaria o prurito graves

Los efectos secundarios más comunes de Beyfortus son erupciones cutáneas y dolor, hinchazón o endurecimiento del punto de inyección de tu hijo/a. Estos no son todos los posibles efectos secundarios de Beyfortus. Llama a tu proveedor de atención médica si tienes preguntas sobre los efectos secundarios.

**Por favor, consulta el Resumen breve de la Información del paciente
en la página siguiente.**

sanofi

© 2026 Sanofi. Todos los derechos reservados.
MAT-US-2608454-v1.0-08/2026

Solamente Rx

BEYFORTUS® (Bei-for-tus) (nirsevimab-alip), inyección para uso intramuscular

Resumen de información sobre BEYFORTUS

¿Qué es BEYFORTUS?

BEYFORTUS es un medicamento recetado que se usa para ayudar a prevenir una enfermedad pulmonar grave causada por el virus respiratorio sincitial (VRS) en:

- Recién nacidos y bebés menores de 1 año de edad nacidos durante o a inicios de su primera temporada del VRS.
- Niños de hasta 24 meses que siguen teniendo riesgo de sufrir una enfermedad grave por el VRS durante su segunda temporada del VRS.

BEYFORTUS es un anticuerpo que contiene nirsevimab-alip, el cual se usa para ayudar a prevenir enfermedades por el VRS durante 5 meses. Se desconoce si BEYFORTUS es seguro y eficaz en niños mayores de 24 meses de edad.

Tu hijo/a no debe recibir BEYFORTUS si tiene un historial de reacciones alérgicas graves a nirsevimab-alip o a cualquiera de los ingredientes de BEYFORTUS. Consulta el final de este Resumen de información para ver una lista completa de los ingredientes de BEYFORTUS.

Antes de que tu hijo/a reciba Beyfortus, infórmale a su proveedor de atención médica sobre todas las afecciones médicas de tu hijo/a, incluso si ha presentado lo siguiente:

- si alguna vez ha tenido una reacción a Beyfortus.
- si tiene problemas de hemorragia o hematomas. Si tu hijo/a tiene un problema de hemorragia o sufre hematomas fácilmente, la inyección puede provocar problemas.

Infórmale a su proveedor de atención médica sobre todos los medicamentos que toma tu hijo/a, incluidos los medicamentos de venta libre y de venta con receta, las vitaminas y los suplementos a base de hierbas. Tu hijo/a lactante no debe recibir el medicamento llamado palivizumab si ya recibió Beyfortus en la misma temporada del VRS.

¿Cómo se administra BEYFORTUS?

- BEYFORTUS se administra mediante una inyección, normalmente en el músculo del muslo (pierna), por el proveedor de atención médica de tu hijo/a.
- **Tu hijo/a debe recibir BEYFORTUS antes o durante la temporada del VRS.** La temporada del VRS es la época del año en la que las infecciones por el VRS son más comunes y generalmente ocurren entre el otoño y la primavera. Tu proveedor de atención médica puede decirte cuándo comienza la temporada del VRS en tu área.
- **Es posible que tu hijo/a aún contraiga la enfermedad por el VRS después de recibir BEYFORTUS.** Consulta con tu proveedor de atención médica para saber a qué síntomas debes prestar atención.
- Si tu hijo/a es sometido/a a una cirugía cardíaca, es posible que su proveedor de atención médica necesite darle una inyección adicional de BEYFORTUS poco después de la cirugía.

¿Cuáles son los posibles efectos secundarios de BEYFORTUS?

- Se han producido **reacciones alérgicas graves** con Beyfortus. Busca ayuda médica de inmediato si tu hijo/a tiene cualquiera de los siguientes signos o síntomas de reacción alérgica grave.
 - hinchazón de la cara, la boca o la lengua
 - dificultades para tragar o respirar
 - sin capacidad de respuesta
 - piel, labios o parte interior de las uñas de color azul
 - debilidad muscular
 - erupciones cutáneas, urticaria o prurito graves

Los efectos secundarios más comunes de Beyfortus son erupciones cutáneas y dolor, hinchazón o endurecimiento del punto de inyección de tu hijo/a. Estos no son todos los posibles efectos secundarios de BEYFORTUS. Llama a tu médico para obtener asesoramiento médico sobre los efectos secundarios. Puedes informar sobre los efectos secundarios a la FDA al 1-800-FDA-1088.

Información general sobre el uso seguro y eficaz de BEYFORTUS.

A veces, los medicamentos se prescriben para fines distintos a los enumerados en el folleto de Información del paciente. Puedes pedirle información a tu farmacéutico o proveedor de atención médica sobre BEYFORTUS dirigida a profesionales de la salud.

¿Cuáles son los ingredientes de BEYFORTUS?

Ingrediente activo: nirsevimab-alip

Ingredientes inactivos: clorhidrato de arginina, histidina, L-histidina clorhidrato monohidrato, polisorbato 80, sacarosa y agua para inyección.

La información sobre riesgos proporcionada aquí no es exhaustiva. Habla con tu proveedor de atención médica para conocer más sobre BEYFORTUS. Para el etiquetado de productos aprobado por la FDA o para obtener más información visita www.beyfortus.com/es o llama al 1-855-239-3678 (1-855-BEYFORTUS).

Fabricado por: Sanofi Vaccines US Inc., Swiftwater, PA 18370, EE. UU.

Licencia de EE. UU. núm. 1725

En: AstraZeneca Pharmaceuticals LP, Frederick, MD 21703, EE. UU.

BEYFORTUS es una marca comercial del grupo de empresas Sanofi.

©Sanofi 2026

MAT-US-2405889-v2.0-05/2026

CUANDO TU BEBÉ TIENE VRS: GUÍA PARA PADRES

Cómo cuidarlo en casa y cuándo llamar al médico

Escrito por Sonya Collins

Revisado por la Dra. Brunilda Nazario, MD,
editora médica principal de asuntos médicos de WebMD

El VRS, o virus respiratorio sincitial, es un virus sumamente contagioso y muy común. Afecta a los bebés hispanos y negros con una frecuencia de 2 a 3 veces mayor que a los bebés anglosajones.

Puede parecer un resfriado: secreción y congestión nasal, tos y una disminución en el consumo de alimentos. Pero en los bebés, el VRS puede entrar en las vías respiratorias más pequeñas, llamadas bronquiolos, de sus pequeños pulmones.

“Esto automáticamente dificulta la respiración del niño”, dice el Dr. Eleazar Flores, MD, un médico de familia en el Houston Methodist Primary Care Group in Texas.

UNA INFECCIÓN LEVE DEL VRS SE PUEDE ATENDER EN CASA

No existen medicamentos que puedan curar el VRS. Si tu bebé se contagia, el objetivo es mantenerlo hidratado, cómodo y respirando con facilidad.

Para lograrlo, haz lo siguiente:

- Remueve las secreciones de la nariz de tu bebé con solución salina y la succión suave de una perilla, especialmente antes de darle el biberón o el pecho.
- Usa un humidificador de vapor frío.
- Ofrécele líquidos con frecuencia.
- Si tu bebé tiene la nariz congestionada, intenta darle menos alimento con más frecuencia, mientras lo sostiene en una posición más erguida. No lo obligue a comer o tomar lo que usualmente consume. Solo continúa ofreciéndole alimento.
- Si tiene fiebre o malestar, consulta con su médico para saber cuál dosis de paracetamol (Tylenol) o ibuprofeno es la correcta para tu bebé.
- Evita los medicamentos de venta libre para la tos y los resfriados, a menos que el médico los haya recomendado.



CUÁNDO DEBE LLAMAR AL MÉDICO

Llama al pediatra si tu bebé:

- tiene menos de 3 meses de edad y presenta una temperatura rectal de 100.4 F o más
- está respirando rápidamente
- hace sonidos como gruñidos, dilata las fosas nasales o está usando los hombros o abdomen al respirar
- tiene piel debajo de sus costillas o del cuello que se hunde al respirar
- no puede respirar y alimentarse al mismo tiempo
- tiene pausas durante la respiración
- tiene piel pálida o de tono grisácea o azulada
- tiene menos pañales mojados, su boca está seca, o no produce lágrimas (todas son señales de deshidratación)
- no está tan alerta como siempre o está inusualmente somnoliento
- tiene síntomas que empeoran o no mejoran en una semana

En el caso de los bebés que tienen fiebre, el Dr. Flores recomienda: “No esperes a que llegue a 101 o 102 grados. Incluso una fiebre baja, como 99, podría ser una señal de que el bebé debe ser evaluado por el médico”.

MI PLAN DE PARTO

Detalles que debes tener en cuenta antes del parto

Revisado por la Dra. Neha Pathak, editora médica principal de WebMD

Las personas de color que dan a luz tienen más probabilidades de sufrir complicaciones graves durante el parto y de que se minime su dolor en comparación con las personas blancas. Por ello, una comunicación abierta antes, durante y después del parto puede salvar vidas. Utiliza esta lista de verificación para definir tus preferencias.

TU EQUIPO DE APOYO

¿A quién quieres que esté presente en la sala?

- ☐ Pareja/cónyuge
- ☐ Familiar
- ☐ Amigo/a
- ☐ Doula
- ☐ Otro: _____

Pregúntale a tu médico:

¿Cuántas personas de apoyo pueden acompañarme en la sala de parto?

¿Qué directrices existen para los miembros de mi equipo de apoyo?

ATENCIÓN PRENATAL

¿Cuáles son las mejores formas de proteger a mi bebé de enfermedades infecciosas, incluyendo:

- ☐ Influenza
- ☐ COVID-19
- ☐ Virus respiratorio sincitial (VRS)
- ☐ Tos ferina
- ☐ Otro: _____

EL ENTORNO DEL PARTO Y LAS CONSIDERACIONES CULTURALES

- ☐ Calma, silencio, limitar la conversación
- ☐ Palabras con energía y optimismo, con el fin de dar ánimo
- ☐ Oración, rituales
- ☐ Iluminación tenue
- ☐ Música
- ☐ Limitar las interrupciones al mínimo

Pregúntale a tu médico:

¿Habrá un traductor disponible?

¿Puedo limitar el número de personas (por ejemplo, el personal del hospital) en mi sala de parto?

LA COMODIDAD DURANTE EL TRABAJO DE PARTO

Preferiría probar:

- ☐ Caminar
- ☐ Cambiar de posición
- ☐ La pelota de parto

- ☐ Ducharme o darme un baño (si es una opción)
- ☐ Sin preferencia

Pregúntale a tu médico:

¿Qué tipo de monitoreo se requiere durante el trabajo de parto?

¿Se me permitirá comer o beber?

MANEJO MÉDICO DEL DOLOR

- ☐ Prefiero un parto sin medicación
- ☐ Analgésicos por vía intravenosa
- ☐ Epidural
- ☐ Estoy abierta a hablar sobre las opciones a medida que avance el parto

Pregúntale a tu médico:

¿Qué opciones de alivio del dolor ofrecen durante el trabajo de parto?

¿Hasta cuándo puedo pedir la epidural?

PREFERENCIAS DURANTE EL PARTO

Prefiero:

- ☐ Evitar el parto asistido con fórceps o con ventosa (vacuum extraction), si es posible
- ☐ Retrasar el pinzamiento del cordón umbilical
- ☐ Conservar o donar la sangre del cordón umbilical
- ☐ Tener contacto piel con piel inmediato con mi bebé
- ☐ Que la persona que me acompaña durante el parto corte el cordón umbilical
- ☐ Instrucciones especiales para la placenta
- ☐ Otro: _____

Pregúntale a tu médico:

¿Qué tipo de intervenciones utiliza con frecuencia durante los partos?

¿Cómo me comunicarás si es necesario realizar cambios inesperados?

EN CASO DE CESÁREA

Prefiero:

- ☐ Que haya una persona de apoyo presente, si es posible
- ☐ Contacto piel con piel inmediato, si es posible
- ☐ Amamantar lo antes posible



Pregúntale a tu médico:

¿Qué debo esperar antes, durante y después de una cesárea?
¿Se le permitirá a mi acompañante de parto estar en la sala conmigo?

CUÍDATE DURANTE EL EMBARAZO

Tengo planes de:

- ☐ Alimentarme bien
- ☐ Mantenerme activa
- ☐ Realizarme análisis de sangre y ecografías periódicas
- ☐ Consultar con mi médico sobre las vacunas recomendadas durante el embarazo —Tdap, gripe estacional y COVID (para protegerme a mí y a mi bebé)— y si reúno los requisitos para recibir la vacuna contra el VRS, una dosis única que se administra en la etapa avanzada del embarazo para ayudar a proteger a mi bebé durante sus primeros seis meses de vida

Pregúntale a tu médico:

¿Cuándo se deben colocar las vacunas durante el embarazo?
¿Hay vacunas que deba evitar durante el embarazo?

CUIDA A TU RECIÉN NACIDO

Mis preferencias:

- ☐ El bebé permanece en la habitación conmigo (alojamiento conjunto)
- ☐ El bebé recibe cuidados en la sala de recién nacidos (si está disponible)
- ☐ Posponer el primer baño
- ☐ No usar chupete
- ☐ Vacunas, como la de la hepatitis B
- ☐ Vitamina K
- ☐ Inyección de anticuerpos contra el VRS (generalmente se administra si no recibí la vacuna contra el VRS durante el embarazo o si mi bebé entra en la temporada del VRS sin protección)
- ☐ Pomada de eritromicina para los ojos

Pregúntale a tu médico:

¿Qué procedimientos y pruebas de detección se realizan a

los recién nacidos después del nacimiento?

¿Qué sucederá si una prueba de detección arroja resultados preocupantes?

LA ALIMENTACIÓN DE MI BEBÉ

Piensa en cómo te gustaría alimentar a tu recién nacido.

- ☐ Exclusivamente mediante la lactancia materna
- ☐ Suplementación con fórmula
- ☐ Combinación de lactancia materna y fórmula

Pregúntale a tu médico:

¿Quién puede brindar ayuda con la lactancia materna en el hospital y en casa?
¿Con qué frecuencia debo amamantar a mi bebé?

RECUPERACIÓN FÍSICA Y MENTAL POSPARTO

Pregúntale a tu médico:

¿Cuáles son los síntomas preocupantes que se deben vigilar después del parto?
¿A dónde puedo acudir para recibir apoyo de salud mental después del parto?

MIS PRIORIDADES PRINCIPALES

¿Qué es lo más importante para mí durante la experiencia del parto?

PREGUNTAS ADICIONALES PARA MI MÉDICO

INFORMACIÓN DE CONTACTO IMPORTANTE

Consultorio médico: _____

Número para después del horario de atención: _____

Hospital: _____

Pediatra: _____

Contacto de emergencia: _____

FUENTES: Mount Sinai: "Mount Sinai Study Identifies Significant Inequalities Among Low-Risk Births, Finds Higher Rates of Unexpected Complications for Black and Hispanic Infants"; UC Health: "Feeling Empowered and Protected During Your Pregnancy as a Black Mother"; Texas Children's: "How to Create a Birth Plan for Labor and Delivery"; HealthyChildren.org: "RSV Immunizations: Two Ways to Protect Babies"; UF Health: "What to Include in Your Birth Plan"; ACOG: "8 Common Questions About Newborn Screening Tests"

EL VRS: LO QUE DEBES SABER

Aprende sobre los riesgos, los síntomas y cómo controlarlos

Escrito por Rachel Reiff Ellis Revisado por la Dra. Brunilda Nazario, MD, editora médica principal de asuntos médicos de WebMD

Recién nacidos y bebés de alto riesgo

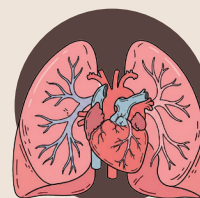
Debido a que las afecciones crónicas son más comunes entre los grupos minoritarios, muchos de los factores que aumentan el riesgo de contraer una forma grave del virus respiratorio sincitial (VRS) afectan a algunas familias de color más que a las familias blancas. Es más probable que el VRS cause una enfermedad grave en aquellos niños que:



son pequeños (cuanto menos tiempo haya pasado desde el nacimiento del niño, mayor será el riesgo)



son nativos americanos o nativos de Alaska



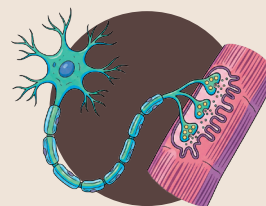
tienen una enfermedad pulmonar crónica o una cardiopatía congénita



están inmunocomprometidos



nacieron prematuramente



tienen un diagnóstico de trastorno neuromuscular o fibrosis quística

Síntomas del VRS

En los bebés menores de 12 meses, los síntomas iniciales del VRS pueden ser sutiles. Por lo general, la temporada del VRS comienza en otoño y alcanza su punto máximo en invierno. Sin embargo, los niños negros e hispanos pueden correr un mayor riesgo de contraer el VRS también fuera de la temporada habitual, debido a que podrían enfrentar más barreras para acceder a la atención médica. Aprende a reconocer los signos de la infección durante todo el año.

En bebés menores de 12 meses, el VRS puede manifestarse de la siguiente manera:

- irritabilidad
- menor actividad física y disminución en el consumo de alimentos y líquidos
- secreción nasal y tos que luego puede incluir sibilancias o dificultad para respirar
- pausas de más de 10 segundos en la respiración (apnea)

Cómo cuidar a un recién nacido o bebé que tiene VRS

No existe un medicamento que pueda curar el VRS. El objetivo es mantener a tu hijo lo más cómodo posible mientras enfrenta los síntomas, hasta que el virus desaparezca. Algunos niños negros e hispanos presentan tasas más altas de hospitalización por el VRS que los niños blancos debido a las desigualdades sociales y en la atención médica. Por esto, es importante que trate los síntomas de tu hijo sin demorar y de la manera adecuada, y que consultes con el médico si tienes alguna inquietud.

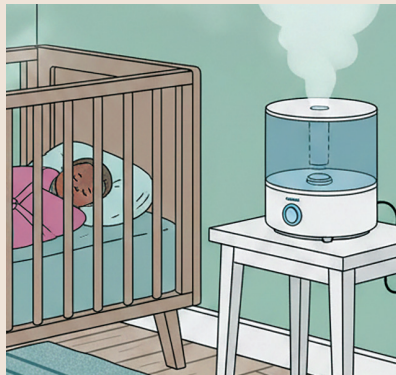


Mantén a tu bebé hidratado

- Ofrécele líquidos con frecuencia: leche materna, fórmula y agua.
- Mantén a tu bebé en posición erguida y aspira suavemente las secreciones de la nariz con una perilla de succión para ayudarle a respirar mejor mientras toma el biberón o el pecho.
- Mantente pendiente a las señales de deshidratación: boca seca, poca o ninguna producción de orina, ojos hundidos e irritabilidad.



Aplica solución salina en la nariz de tu hijo para que la mucosidad se vuelva más líquida y facilitar su expulsión.



Enciende un humidificador de vapor frío en la habitación donde duerme tu bebé para mantener el aire húmedo y aliviar la tos y la congestión.



Si tu bebé tiene fiebre, los medicamentos como el paracetamol para bebés (Tylenol) pueden ayudar a bajarla y aliviar cualquier dolor que pueda sentir.

FUENTES: Expert Review of Pharmacoeconomics & Outcomes Research: "Disparities in Respiratory Syncytial Virus Risk Factors, Diagnosis, and Outcomes in Adults by Race, Ethnicity, and Other Social Determinants of Health in the United States"; Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés): "RSV in Infants and Young Children"; Open Forum Infectious Disease: "Characteristics of In- and Off-season Respiratory Syncytial Virus Episodes—United States, 2016–2020"; National Minority Equity Forum: "What Is RSV? Origins, U.S. Burden, and Who It Harms Most"; Dartmouth Health Children's: "Caring for Children Sick at Home with RSV"; Mayo Clinic: "Respiratory Syncytial Virus (RSV)"; Texas Health: "Breastfeeding When Your Baby Is Sick"

¿QUIÉN PAGA QUÉ?

La protección temprana contra el VRS puede ayudar a evitar una visita aterradora y costosa a la sala de emergencias o una hospitalización.

Escrito por Kendall K. Morgan

Revisado por la Dra. Brunilda Nazario, MD, editora médica principal de asuntos médicos de WebMD

Las infecciones por el virus respiratorio sincitial (VRS) son una de las principales causas de hospitalización de bebés pequeños que aún no tienen inmunidad durante su primer año de vida. El riesgo es mayor si tú y tu hijo son de raza negra, hispanos, nativos americanos o nativos de Alaska. Si tu hijo nació prematuramente o padece alguna otra afección de salud que afecte a sus pulmones o a su sistema inmunitario, el riesgo aumenta aún más. Para los padres primerizos, un caso grave de VRS en su bebé no solo resulta aterrador, sino también costoso. La hospitalización de un bebé con VRS puede costar \$7,000 y muchas veces hasta más.

“El impacto en las familias es enorme”, afirma la Dra. Asunción Mejías, especialista en enfermedades infecciosas pediátricas del St. Jude Children’s Research Hospital en Memphis, Tennessee. “Resulta angustiante para las familias debido a la incertidumbre sobre los desenlaces”.

La carga económica va más allá de la factura del hospital, señala. Cuando tu hijo se enferma, pierdes días de trabajo. Los bebés con casos graves de VRS requieren muchas visitas de seguimiento. Las infecciones graves por el VRS también pueden tener consecuencias para la salud a largo plazo, asociándose con sibilancias persistentes, asma y una función pulmonar reducida. Para ayudarte a evitar todo esto, ahora existe un anticuerpo monoclonal que ofrece a tu recién nacido protección desde el primer momento. Sin embargo, es posible que te estés preguntando: “¿cómo puedo asegurarme de que lo reciba y quién pagará por esa protección?”

CONSIGUE PROTECCIÓN

Si tienes seguro médico, el anticuerpo monoclonal debería estar totalmente cubierto para tu bebé recién nacido. Siempre es buena idea consultar con la compañía de seguros si tienes dudas. La inmunización con anticuerpos monoclonales está cubierta por Medicaid y el Programa de Seguro Médico para Niños (CHIP, por sus siglas en inglés), el cual garantiza la cobertura de todas las vacunas recomendadas. Habla con el pediatra para saber cuáles opciones están disponibles. También está incluida en el programa federal “Vacunas para Niños” (VFC, por sus siglas en inglés). Tu bebé podría ser elegible si cumples con los requisitos para Medicaid, no tienes seguro o la cobertura del seguro no es suficiente.



Aunque es posible que cumplas todos los requisitos para el programa VFC, es aconsejable preguntar a tu obstetra o al hospital donde darás a luz si son parte del programa, señala Adjoa Kyerematen, defensora de la equidad en salud y vicepresidenta de asuntos públicos y comunicaciones del National Minority Quality Forum, con sede en Washington D.C. Ella recomienda averiguar si puedes proteger a tu bebé mediante el programa VFC incluso antes de salir del hospital.

“Cuando las familias salen del hospital, especialmente las familias de nuestras comunidades, existe una gran variedad de circunstancias que pueden afectar su regreso para la visita de las dos semanas”, dice Kyerematen. “Estas familias se enfrentan a muchas barreras adicionales”.

NO ESPERES

Si tu bebé nace durante la temporada del VRS (de octubre a marzo), conviene administrarle la inyección de anticuerpos, que suele estar cubierta por el seguro, lo antes posible. Dado que la inmunización aporta anticuerpos ya preparados, la protección que ofrece es inmediata. Además, su efecto dura al menos cinco meses.

“Es importante recalcar que se trata de una enfermedad en la que el tiempo influye”, afirma la Dra. Mejías. “El pico de gravedad se produce durante el primer y el segundo mes de vida. Debemos actuar rápidamente”.

PREGÚNTALE AL MÉDICO

- ★ ¿Cubre mi seguro el anticuerpo monoclonal contra el VRS?
- ★ Si no tengo cobertura, ¿dónde puedo obtener ayuda para pagar el costo?
- ★ ¿Cumpló con los requisitos para el programa VFC?
- ★ ¿Son ustedes proveedores del programa VFC? Si no es así, ¿dónde puedo proteger a mi bebé recién nacido contra el VRS?

looking to
STAY WELL
every day



Fuel Your Body with Good for You Ingredients



ECHINACEA

Beautiful flower traditionally thought to help your body's defenses

LEMONGRASS

Tasty herb commonly thought to be a supportive hand to your overall health



ROSE HIPS

Tart and tasty herb commonly used to help support your well-being

ELDERFLOWERS

Light colored flower traditionally considered to help support a healthy lifestyle



BIGELOW
BENEFITS

Redefining Wellness
EVERY DAY