

Embarazos Saludables Camina y Platica

En camino desde la sala de espera hasta la sala de exámenes es una oportunidad para que los asistentes médicos platiquen informalmente con sus pacientes y ofrezcan gentiles recordatorios. El siguiente guion se puede usar durante este tiempo de “caminar y hablar”.

Parte de la promoción de embarazos saludables incluye no beber alcohol. Muchas mujeres embarazadas reciben mensajes contradictorios sobre el consume de alcohol durante el embarazo, pero es importante que todos los miembros del equipo de atención medica reiteren que no hay un momento seguro, ningún tipo seguro, ni una cantidad segura de alcohol para beber durante el embarazo. Los Trastornos del Espectro Alcohólico Fetal (Fetal Alcohol Spectrum Disorders (FASDs) son un grupo de condiciones (físico, intelectual y conductual) que es el efecto de estar expuesto al alcohol en el útero y puede durar toda la vida. FASD se puede prevenir si una persona no bebe alcohol durante el embarazo.

Otra parte de un embarazo saludable es proporcionar a los pacientes información sobre las vacunas para prevenir enfermedades. Actualmente, los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (Disease Control and Prevention (CDC) y el Colegio Americano de Obstetricia y Ginecología (American College of Obstetrics and Gynecology (ACOG) sugieren que mujeres embarazadas tengan acceso a la vacuna de COVID-19. Los hallazgos preliminares tranquilizan que la vacuna es segura y beneficiosa para las mujeres embarazadas. Para quien está planeando o tratando de embarazarse, no hay evidencia que la vacuna de COVID-19 causa infertilidad.

Asistente medico: *llama al paciente desde la sala de espera*

Paciente: *camina de regreso al pasillo*

Asistente medico: “Hola! ¿Como esta?”

Paciente: “Bien, gracias. ¿Y usted?”

Asistente medico: “Bueno! Estamos compartiendo esta postal con todos nuestros pacientes para promover embarazos saludables. Una cosa que vera aquí, es no beber alcohol si está embarazada o pueda estar embarazada. El alcohol puede tener efectos dañinos de por vida para un bebe en desarrollo, por lo que estamos recordando a los pacientes que no hay una cantidad

segura, ni un tipo seguro y no hay un momento seguro para beber alcohol durante el embarazo. Además, queremos que todos nuestros pacientes tengan acceso a la vacuna de COVID-19. Si tienen alguna pregunta referente a esto, el medico estará encantado de hablar sobre ello con usted.” *Entrega una postal con un gráfico para el paciente*

Paciente: “Oh, de acuerdo. Gracias.”

Asistente medico: “De nada! La salud suya y la de su bebe es sumamente importante para nosotros.”

Paciente: “Gracias! ¡Lo compartiré con mi amiga que también está embarazada!”