

Contexto

En 2020, en el marco de la pandemia COVID-19, el Ministerio de Salud de El Salvador tuvo que reducir los servicios sanitarios al mínimo para aliviar el sistema de salud sometido a una fuerte afluencia de usuarios/as. A su vez, las mujeres embarazadas tenían miedo y también pocas posibilidades de acudir a los centros de salud. El número de mujeres atendidas por el sistema de salud disminuyó fuertemente, y en particular las visitas prenatales y postnatales. Aunque El Salvador ha tenido una razón de mortalidad materna relativamente baja y en constante disminución durante varios años, se registró un aumento significativo, pasando de una razón de 24 muertes por cada 100.000 nacidos vivos en 2019 a 41,7 en 2020 (MINSAL, 2021).

¿Qué es?

Mi bebé y Yo es una aplicación móvil gratuita para teléfonos con sistema Android que proporciona a través de imágenes, texto y audio informaciones sobre el embarazo, el parto, el periodo postnatal y la COVID-19, ayudando así a las mujeres a tomar decisiones favorables para su salud y la de su bebé, incluso en un contexto de pandemia.

¿Para quién?

Mi bebé y Yo está destinada para ser utilizada por mujeres embarazadas y madres de recién nacidos/as. También puede ser utilizada por la pareja y por miembros de la familia. Está diseñada con imágenes y audios para facilitar el acceso a la información a las mujeres que no pueden leer.



Objetivo

Contribuir a mejorar el conocimiento y prácticas de mujeres embarazadas y madres sobre la salud materna y neonatal y sobre la COVID-19.



¿Cuál es el contenido?



1. EL EMBARAZO



2. CONTROLES
PRENATALES



3. EMBARAZO
SALUDABLE



4. PREPARACIÓN PARA
EL NACIMIENTO



5. EL NACIMIENTO



6. EN NUESTRO HOGAR
DESPUÉS DEL NACIMIENTO



7. CONTROL
POST-PARTO

Área de validación

El Salvador: actualmente la aplicación ha sido probada en la municipalidad de Nahuizalco, sin embargo, tiene el potencial de ser ampliada y difundida a todo el país.



Ventajas

- Las mujeres tienen un acceso fácil a la información relativa a:
 - los cambios de su cuerpo durante y después del embarazo,
 - los comportamientos favorables a la salud materna y neonatal,
 - la preparación al parto y los comportamientos a adoptar en caso de complicaciones obstétricas y neonatales.
- Se puede consultar incluso sin conexión a internet
- De acceso gratuito
- No incluye publicidad
- No requiere información de identificación y no recoge información personal
- Puede ser actualizada en función de la evolución de las recomendaciones sobre la COVID-19
- Puede ser utilizada por todo el personal de salud, y equipos multidisciplinares para fortalecer los procesos de educación para la salud

Mi cuerpo se adapta (2/3)
Al final del embarazo mi bebé mide alrededor de 50 centímetros

Recomendaciones para la prevención
Me cubro la nariz y boca con el antebrazo al estornudar o toser.
Respeto la distancia de al menos 2 metros con otras personas.

Embarazo en tiempos de COVID-19 (1/4)
Expreso mis preocupaciones al personal de salud, ya que algunas personas infectadas no presentan síntomas.
Tener la enfermedad COVID-19 no significa que tendré un parto por cesárea.

Nacimiento en tiempos de COVID-19
Las mujeres embarazadas corren un mayor riesgo de presentar manifestaciones graves de la COVID-19. Es importante dar a luz en un centro hospitalario donde cuento con todas las medidas sanitarias.
En tiempos de COVID, pongo en práctica todas las medidas de seguridad para evitar contagiarme y contagiar a mi bebé. Entre otras precauciones:
-Me lavo bien las manos;
-Si tengo síntomas de Covid-19 o algún miembro de mi familia, utilizo mascarilla.

Corresponsabilidad familiar durante la lactancia materna
Es muy importante distribuir las tareas domésticas y las responsabilidades entre toda la familia. La lactancia materna es un momento único y especial dedicado a mi bebé, para lo cual necesito tiempo, concentración y mucha energía.
Mi pareja y familia se encargan de:
-Preparar los alimentos.
-Lavar la ropa.
-Limpiar dentro y fuera de la vivienda.
-Comprar alimentos y artículos de necesidad básica.

El potencial

- Se pueden añadir fácilmente nuevos componentes, como la salud preconcepcional, planificación familiar o en caso de nuevas epidemias
- Se puede producir fácilmente una nueva versión dirigida a grupos específicos, como parejas o mujeres jóvenes embarazadas
- Se puede agregar mensajes SMS/WhatsApp o la generación automática de recordatorios sobre los controles prenatales y postnatales
- Se puede añadir una plataforma de comunicación entre el personal de salud, la mujer embarazada, su pareja y familia

Desarrollado en colaboración con:



Para mayor información: Ana Ligia Molina, Coordinadora de Enfants du Monde para América Latina, ana-ligia.molina@edm.ch