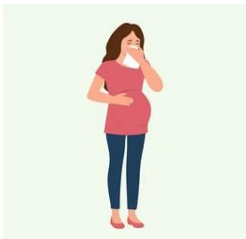


# Infecciones Respiratorias Durante el Embarazo

## Influenza

La influenza es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por un virus. Los resultados graves de la infección por influenza pueden ser la hospitalización o la muerte.

- Fiebre (varía por persona) o escalofríos
- Tos y dolor de garganta
- Congestión nasal
- Dolores musculares
- Dolor de cabeza
- Fatiga (cansancio)



## Micoplasma

La infección por micoplasma es causada por las bacterias micoplasma *pneumoniae*. Esta es una enfermedad común que puede provocar una infección respiratoria (tal como resfriado) o un tipo severo de neumonía, llamada neumonía atípica.

- Tos seca
- Dolor de garganta
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Escalofríos
- Dolor de pecho
- Sudoración excesiva



## ¿Cuáles son los síntomas?

## Coronavirus

Los coronavirus son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, entre estos, bronquitis, neumonía o problemas cardio pulmonares que pudieran causar la muerte.

- Fiebre
- Tos
- Cansancio
- Pérdida del gusto o el olfato
- Dolor de garganta
- Dificultad para respirar
- Dolor muscular
- Diarrea
- Dolor de cabeza
- Ojos rojos o irritados
- Dolor de pecho



## ¿Cómo prevenirlos?

### Influenza

- Vacunándose.
- Evitando tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable. Tírelo de inmediato al zafacón y lávese las manos.
- Evitando el contacto con personas enfermas.
- Quedándose en casa cuando está enfermo.
- Limpiando y desinfectando las superficies con regularidad.

### Micoplasma

- Evitando tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable. Tírelo de inmediato al zafacón y lávese las manos.
- Evitando el contacto con personas enfermas.
- Quedándose en casa cuando está enfermo.
- Limpiando y desinfectando las superficies con regularidad.

### Coronavirus

- Vacunándose.
- Mantenga al menos 3 pies de distancia de las personas.
- Usando mascarilla
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable y tírelo de inmediato al zafacón.
- Lavándose las manos y utilizando alcohol o líquido antibacterial.
- Si se encuentra enfermo, quédese en su hogar y aíslese hasta que se recupere.

### Referencias

<https://www.bannerhealth.com/es/healthcareblog/better-me/cold-in-the-head-bun-in-the-oven-cold-and-flu-symptom-relief-for-pregnant-women>

<https://okdiario.com/bebes/micoplasma-embarazo-cuales-son-sintomas-riesgos-infeccion-11439283>

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/pregnancy-and-covid-19/art-20482639>

Preparado por Educadores en Salud licenciados. Creado junio 2025.  
©First Medical Health Plan, Inc.

### Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante alguna enfermedad, comuníquese con su médico primario o contacte las siguientes líneas telefónicas:

**Línea de Consejería Médica**

1-844-347-7801

**TTY/TDD 1-844-347-7804**

**APS Health 787-641-9133**