

¿QUÉ DEBERÍA HACER SI NO ME SIENTO BIEN PARA DARLE EL PECHO A MI BEBÉ?

Si te sientes demasiado enferma para darle el pecho a tu bebé, intenta proporcionarle la leche materna por otros medios seguros. Por ejemplo, trata de extraerte la leche y dásela a tu niño con una cuchara o una taza limpia. La extracción de leche materna también es importante para mantener tu producción, de manera que puedas volver a darle el pecho a tu hijo cuando te sientas mejor.



¿DEBERÍA DARLE EL PECHO A MI NIÑO SI ESTÁ ENFERMO?

Continúa dándole el pecho a tu niño o niña aunque esté enfermo/a. Tanto si tu pequeño contrae la COVID-19 como cualquier otra enfermedad, es importante seguir alimentándolo con leche materna. La lactancia refuerza el sistema inmunológico de tu bebé y a través de la leche materna tú le pasas a él tus anticuerpos, ayudándolo a combatir las infecciones.

<https://www.unicef.org/es/coronavirus/lactancia-materna-segura-durante-la-pandemia-covid19>



Lactancia materna y COVID-19



LACTANCIA MATERNA Y PANDEMIA POR COVID 19

Si ya eres mamá o estás embarazada, es natural que te hayas preguntado qué es lo más seguro para tu bebé durante el brote de la enfermedad pandémica causada por el coronavirus, (COVID-19). Las pruebas están profundamente a favor de la lactancia materna. El contacto piel con piel y una lactancia materna, temprana y exclusiva, ayuda al bebé a desarrollarse, por lo que no hay razón para interrumpirla como consecuencia del virus. Hasta la fecha, no se ha detectado la transmisión de casos activos de la COVID-19 (el virus causante de la infección) a través de la leche materna ni de la lactancia. La Organización Mundial de la Salud y otras



¿DEBERÍA SEGUIR LA LACTANCIA MATERNA DURANTE LA PANDEMIA?

Por supuesto. La leche materna contiene anticuerpos beneficiosos para mantener a los bebés sanos y protegidos de muchas infecciones. Los anticuerpos y los factores bioactivos de la leche materna pueden combatir la infección de la COVID-



19, incluso si el bebé ha sido expuesto al virus. Si tu bebé tiene 6 meses o es menor de esa edad, debes alimentarlo exclusivamente de leche materna. Cuando ya haya cumplido los seis meses, continúa con la leche materna y con alimentos complementarios saludables..

¿PUEDEN CONTRAER LA COVID-19 LOS BEBÉS ALIMENTADOS CON LECHE MATERNA?

Hasta la fecha, no se ha detectado la transmisión de casos activos de la COVID-19 a través de la lactancia, aunque los científicos siguen analizando la leche materna. Practica con tu recién nacido el contacto piel con piel. Al colocarlo cerca de ti, facilitas la iniciación temprana a la lactancia materna.



¿DEBERÍA MANTENER LA LACTANCIA MATERNA SI TENGO, O SOSPECHO TENER, LA COVID-19?

Sí, continúa la lactancia materna con las debidas precauciones:

- Llevar mascarilla.
- Lavarse las manos con agua y jabón, o con un desinfectante para manos con base de alcohol, antes y después de tocar a tu bebé.
- Limpiar y desinfectar todas las superficies que hayas tocado.
- Sólo necesitas lavarte el pecho en caso de que hayas tosido sobre él. De no ser así, no es necesario que te lo laves cada vez que alimentes a tu bebé.