

¿ES SEGURO DAR MI LECHE SI TENGO O HE ESTADO EXPUESTA A COVID-19?

Con tantas noticias sobre COVID-19, es natural preocuparse acerca de la seguridad de su leche para su bebé. Esto es especialmente cierto si cree que ha estado expuesta o diagnosticado con COVID-19. ***Sin embargo, su leche es segura y beneficiosa para su bebé.***

¿COVID-19 ENTRA EN MI LECHE?

No sabemos con seguridad si las madres con COVID-19 pasan el virus a su leche. Los pocos estudios sobre este tema no encontraron COVID-19 en la leche materna. Estudios de madres que tuvieron un virus similar (Síndrome Respiratorio Agudo Severo; SARS-CoV) no encontró el virus del SARS en la leche materna.



Sin embargo, cualquier virus que llegue a la madre por la sangre, la madre hace anticuerpos que luchan contra estos mismos virus. Estos anticuerpos pasan a la leche materna. Entonces, es poco probable que el virus pase en la leche, ***también los anticuerpos contra el virus pasan a la leche, y los medicamentos modernos no pueden hacer lo mismo.***

NO SERÍA LO MEJOR PARA MI BEBÉ TENER FORMULA O DONAR LECHE?

Es fácil pensar “para mayor seguridad” evitar su leche materna, pero lo contrario es cierto. Solo su leche tiene los únicos anticuerpos para disminuir las posibilidades de que su bebé se enferme con COVID-19 - no hay lo mismo en la leche de fórmula o donante.

Todas las autoridades (Organización Mundial de la Salud, Centros para el Control de Enfermedades, Academia Americana de Pediatría, Academia de Lactancia Materna Medicina) recomienda que la leche materna debe continuar a pesar de la presencia de COVID-19.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA BAJAR LAS POSIBILIDADES DE QUE MI BEBÉ ESTÉ EXPUESTO A COVID-19 MIENTRAS ESTOY DANDO MI LECHE?

EN CASO DE LACTANCIA DIRECTA: Lavese las manos antes de tocar al bebé y use una máscara mientras este dando el pecho.

SI BOMBEO: Recuerde que todos los gérmenes, incluido COVID-19, pueden entrar en la leche bombeada, incluso si no pasan por el seno mismo. Hay varias precauciones que puede tomar:



- Lávese las manos con agua tibia y jabón o alcohol desinfectante antes de comenzar a bombear la leche. Los gérmenes de tus manos pueden entrar a la leche extraída después de bombear.
- Asegúrese de que su bomba esté lo más limpia posible. Lave las botellas de recolección con agua tibia y jabón después de cada uso, luego enjuague con agua limpia, luego séquese al aire lejos de personas que pueden tocarlas. Desinfecte su bomba al menos una vez al día con una bolsa de vapor para microondas, con una olla de agua hervida en la estufa o en el lavaplatos (ciclo Sani).
- Evite toser o estornudar sobre la bomba y los envases de leche. Este consejo es especialmente importante porque COVID-19 se transmite por tos, estornudos y respiración.
- Limpie el exterior de la bomba de leche antes de usarla. Use una toallita desinfectante en el exterior de la bomba cada vez que la use.