

RESEÑA

El nuevo coronavirus de 2019 (COVID-19) es un nuevo virus que provoca una enfermedad respiratoria en las personas y puede transmitirse de persona a persona. El virus se identificó por primera vez durante una investigación sobre un brote en Wuhan, China. Los síntomas pueden aparecer entre 2 y 14 días después de haber estado expuesto a una persona con COVID-19 o con sospecha de tener dicho virus. Los síntomas del COVID-19 incluyen fiebre, tos, dificultad para respirar, falta de aire y diarrea. La leche materna contiene anticuerpos que combaten infecciones y estimulan el sistema inmune del bebé. La leche materna es el alimento más seguro en una emergencia. Contiene las vitaminas y minerales apropiados para un crecimiento saludable (CDC, 2020 y USBC, 2020).

SI TENGO COVID-19, ¿PUEDO PASARLE LA ENFERMEDAD A MI BEBÉ SI LO AMAMANTO?

Según el Comité de Lactancia Materna de los Estados Unidos (USBC, por sus siglas en inglés), si una madre o un bebé se enferman, lo mejor que puede hacer la madre es seguir amamantando a su hijo para brindarle anticuerpos humanos. Existen estudios limitados sobre mujeres con COVID-19, pero esos estudios demuestran que el virus no ha sido detectado en la leche materna. Sin embargo, no se sabe si las madres con COVID-19 pueden transmitir el virus por medio de la leche materna.

La leche materna proporciona protección contra muchas enfermedades. Existen raras excepciones en las que no se recomienda la lactancia materna o la alimentación con leche materna extraída. Los CDC no tienen ninguna guía específica en este momento para la lactancia materna mientras se está infectado con COVID-19 o virus similares, pero existen algunos recursos en su [sitio web](#) que podrían ser útiles en este momento.

¿QUÉ DEBERÍA HACER SI TENGO COVID-19?

Si se confirmó que tiene COVID-19 o es una paciente sintomática bajo investigación (PUI, por sus siglas en inglés), debe tomar todas las precauciones posibles para evitar la transmisión del virus a su bebé:

- Lave sus manos antes de tocar o alimentar a su bebé;
- Lave sus manos antes de tocar cualquier sacaleche o partes del biberón y siga las recomendaciones para una limpieza adecuada del sacaleche después de cada uso; y
- De ser posible, considere tener a alguien que esté sano para que le dé la leche materna extraída a su bebé.

¿DÓNDE PUEDO OBTENER AYUDA CON LA LACTANCIA MATERNA?

Entendemos que los recursos de lactancia materna en su área pueden estar limitados debido a la pandemia del COVID-19. Los siguientes enlaces la ayudarán a acceder a los recursos del estado y específicos del condado:

- [Recursos para el COVID-19](#)
- [Tarjeta de aplicaciones y sitios web](#)
- [Región de Filadelfia: Directorio de recursos para la lactancia materna](#)

Además, la Guía de referencia de lactancia materna de Pensilvania puede encontrarse [aquí](#)

RECURSOS PARA MÁS INFORMACIÓN



Para más información, visite <https://www.health.pa.gov/topics/disease/Pages/Coronavirus.aspx>.

La última información sobre el coronavirus en los EE. UU. y en todo el mundo puede encontrarse en el [sitio web de los CDC](#).

Se puede encontrar información adicional de los CDC sobre qué hacer si está enferma [aquí](#).

Hay ayuda disponible, contacte a la Línea de texto de crisis escribiendo **PA al 741-741**.