

# ALIMENTACIÓN DEL LACTANTE Y DEL NIÑO/A PEQUEÑO/A EN EL CONTEXTO DE COVID-19

Las recomendaciones de ALNP no han cambiado durante la pandemia del COVID-19:

Inicie la lactancia durante la primera hora de vida.  
Continúe la lactancia exclusiva hasta la edad de 6 meses.  
Comience a introducir la alimentación complementaria a partir de los 6 meses de edad.  
Continúe la lactancia al menos hasta los dos años de edad.

La lactancia protege al bebé contra enfermedades respiratorias y gastrointestinales. Además, previene la desnutrición y la mortalidad.

Es difícil reanudar la lactancia una vez ésta ha sido interrumpida. Por ello, durante las emergencias es crucial promover, proteger y apoyar esta práctica.

## ¿Se transmite el virus a través de la leche?

A día de hoy, no se ha encontrado el virus COVID-19 activo en la leche humana. Según la evidencia actual es poco probable que la lactancia materna o la leche materna extraída de una madre sospechosa o que tenga COVID-19 pueda infectar al niño.

## ¿Debe continuar la lactancia si un niño o niña tiene COVID-19?

Sí. La lactancia debe continuar ya que proporciona los nutrientes adecuados, protección inmunológica y bienestar al niño enfermo. Es posible que los niños enfermos amamenten con mayor frecuencia y que, aquellos de más de 6 meses, se alimenten menos de lo normal. Se debe alentar a las madres a amantar con mayor frecuencia.

## ¿Se debe colocar a los bebés piel con piel tras el nacimiento para facilitar la transición y el inicio de la lactancia?

Sí. El inicio temprano de la lactancia salva vidas y protege a los y las bebés de enfermedades.

El contacto piel con piel se debe iniciar inmediatamente al nacer durante al menos una hora.

Se le debe ofrecer a la madre mascarilla/cubre bocas y lo indispensable para la higiene de manos.

## ¿Cuándo es seguro reanudar la lactancia, tras una infección por COVID-19?

La lactancia no debe de ser interrumpida.

La lactancia debe de continuar durante una infección por COVID-19, aplicando las precauciones necesarias en lo referido al lavado de manos, utilizando mascarilla/cubre bocas (si es posible) y limpiando las superficies que han sido tocadas.

## Cuidadores que tienen COVID-19



Lávese las manos durante 20 segundos con jabón



Usar una máscara, si está disponible



Limpias superficies que ellos tocan

## ¿Deben las madres continuar amamantando si tienen COVID-19?

Sí. Las madres deben de continuar amamantando, siempre y cuando limiten la exposición del bebé al virus, aplicando las precauciones respiratorias. Esto permite que el bebé se beneficie de la nutrición, la protección inmunológica y el bienestar que proporciona la lactancia.

## ¿Se recomienda algún cambio en el manejo de la lactancia?

Continúe con las recomendaciones de ALNP y los temas de consejería en lactancia. Brinde apoyo adicional a las familias que puedan sentirse preocupadas.

Asesore sobre el lavado de manos, sobre el uso de mascarillas y limpieza de superficies que se tocan, incluso a aquellos que actualmente no están infectados.

## ¿Qué pasos se pueden seguir para reducir el riesgo de infección en el/la bebé si alguno de los padres tiene COVID-19?

Cuidar a los bebés es una actividad que implica un contacto muy cercano, independientemente de cómo se les alimente.

Anime a los padres a lavarse las manos antes y después de tener contacto con la/él bebé, a utilizar mascarilla/cubre bocas si es posible y a limpiar las superficies que una persona infectada ha tocado.

## ¿Tienen los bebés un mayor riesgo de contraer el COVID-19?

No. A diferencia de la mayoría de las infecciones, en el caso del COVID-19 los bebés y niños pequeños parecen enfermarse menos que los adultos.

## **Si una madre extrae su leche durante una infección COVID-19, qué método es preferible?**

Siempre que sea posible, se le debe alentar a practicar la lactancia directa. La forma de extracción depende de las preferencias de la madre y de los medios disponibles.

En los primeros días tras el nacimiento, la extracción manual suele funcionar mejor. No requiere medios, sólo práctica. Si se utiliza un extractor manual o eléctrico, todas las piezas deben desinfectarse después de cada uso, incluida la carcasa del motor de la bomba.

Los recipientes de leche que no se le suministran inmediatamente al bebé también deben limpiarse y almacenarse siguiendo las prácticas habituales de almacenamiento de leche.

## **Si una madre no puede proporcionar leche a su bebé ¿debería considerarse la posibilidad de alimentar a su bebé con leche de donante o través de una nodriza?**

Sí. Si la leche de la madre no está disponible se puede considerar la leche de otra madre sana. Lo que sabemos por ahora es que los bebés y niños pequeños están menos afectados por COVID-19. Las donantes de bancos de leche y las que comparten la leche con otras deben estar sanas y si han sido infectadas por COVID-19, deben suspender la donación hasta que se les dé la autorización médica.

## **¿Se debe retrasar la introducción de alimentos complementarios durante el brote de COVID-19?**

No, las recomendaciones ALNP no han cambiado y los alimentos complementarios deben introducirse alrededor de los 6 meses de edad, continuando con la lactancia al mismo tiempo.

## **¿Qué medidas deben implementarse para los lactantes alimentados con fórmula infantil?**

Los bebés, alimentados total o parcialmente, con fórmula infantil tienen mayor riesgo de enfermedades infecciosas y es más probable que necesiten atención médica o tengan que ser hospitalizados.

Si bien siempre es recomendable seguir una higiene estricta en la preparación de las fórmulas lácteas, la prevención de enfermedades por contaminación o errores en la preparación es crucial en esta pandemia. Siempre que sea posible, sólo una persona adulta sana debe preparar la fórmula y alimentar a los lactantes.

Limite el número de cuidadores que alimenten al bebé para reducir así el riesgo de transmisión. Esté listo para dar instrucciones sobre el modo de preparación a los cuidadores que no hayan preparado previamente fórmula infantil, en el caso de que el cuidador habitual enferme.

Las instrucciones sobre la preparación segura de fórmula infantil deben incluir el lavado de manos, el uso de mascarillas, instrucciones sobre la limpieza de superficies y equipos, así como consejos para su almacenamiento.

### **References:**

#### **World Health Organization (WHO) COVID-19 Infection Control Guidelines**

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/infection-prevention-and-control>

#### **Global Technical Assistance Mechanism for Nutrition (GTAM) COVID-19 Guidance**

[https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/nutrition\\_guidance\\_on\\_covid\\_19\\_emergencies.pdf](https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/nutrition_guidance_on_covid_19_emergencies.pdf)

COVID19-IYCF-FAQ-GLOBAL-ESP Last updated: May 13 2020

## **Si una madre está demasiado enferma para amamantar a su bebé o /y se la ha separado de su bebé al nacer, ¿cómo debe iniciarse y mantenerse la lactancia ?**

Si una madre no puede permanecer con su bebé, se debe mantener la lactancia extrayendo leche al menos 8-10 veces al día, mediante la extracción manual y/o con un extractor de leche.

En el caso de las mujeres que han estado amamantando antes de la separación, la extracción de leche con regularidad reducirá el riesgo de dolor e infecciones de los senos. Para las mujeres que acaban de dar a luz, la extracción regular protegerá su capacidad para amamantar, al tiempo que proporcionará al bebé una protección inmunológica, que es crucial en los primeros días de vida.

La primera leche espesa y pegajosa (calostro) de los primeros días de vida se extrae mejor, con un masaje y extracción manual, y se recoge en una jeringa, una taza o una cuchara. Incluso si son cantidades muy pequeñas, debe guardarse para alimentar al bebé.

## **¿Hay algún cambio en las recomendaciones generales sobre la preparación de alimentos complementarios durante la pandemia?**

La alimentación complementaria debe continuar siguiendo las recomendaciones estándar de ALNP: alimentos ricos en nutrientes, culturalmente apropiados, evitando los productos ultra procesados. La práctica del lavado de manos antes de preparar la comida y de alimentar al niño debe continuar.

En los lugares donde es típico compartir tazones, utensilios o tazas, considere la posibilidad de darle al niño su propio tazón, taza y utensilios, de uso individual. Del mismo modo, reconsidere darle al niño alimentos pre masticados durante este periodo, utilizando una cuchara o tenedor limpios para hacer puré.

## **¿Existe alguna recomendación específica para la alimentación complementaria si el niño está infectado con COVID-19? ¿Se debe evitar o fomentar algún alimento en particular?**

No. Continúe ofreciendo frutas y verduras frescas, cereales integrales y fuentes de proteínas saludables que el niño conozca y que sean de su gusto. Como de costumbre, evite los alimentos ricos en azúcares, sal, los alimentos ultraprocesados, comida "basura" y bebidas carbonatadas.

Existe el riesgo de que los padres, preocupados por el bienestar del niño, recurran a alimentos altamente procesados, como leches de continuación, refrigerios "fortificados" u otros alimentos no deseables. Esto aumenta la inseguridad alimentaria y el riesgo de desnutrición.

### **Contact:**

a.iellamo@savethechildren.org.uk  
Global IYCF-E Advisor  
savethechildren.org.uk



**Save the Children**

info@safelyfed.ca  
safelyfed.ca/covid19-resources/

**SafelyFed**  
Canada