

Guía informativa para los departamentos de salud locales del Departamento de Salud de Virginia

8 de junio de 2022

Cómo ayudar a los pacientes o participantes que deseen proporcionar leche materna humana

La lactancia materna es el método de alimentación óptimo y la norma nutricional para los bebés y niños pequeños. La leche materna humana no solo es el alimento ideal para los bebés, sino que es el único alimento que necesitan durante los primeros seis meses de vida. El Departamento de Salud de Virginia, la Organización Mundial de la Salud, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos y la Academia Americana de Pediatría fomentan la lactancia materna. La lactancia materna sigue siendo la mejor opción de alimentación para los bebés en situación de desastre natural, que incluye el desplazamiento de familias, las emergencias climáticas y los problemas en la cadena de suministro, como el que se está viviendo hoy. La leche materna humana ayuda a proteger a los bebés de enfermedades como la diarrea y las infecciones respiratorias, y les proporciona las calorías y los nutrientes que los bebés necesitan. Un estudio reciente muestra que las madres que recibieron la vacuna contra el COVID-19 de ARNm (ARN mensajero) pueden transferir anticuerpos protectores a sus bebés lactantes.¹

- El VDH alienta a todas las familias que esperan un bebé a planificar la lactancia materna.
- Si la paciente está amamantando parcialmente, la producción de leche puede aumentar rápidamente amamantando más, mediante masajes, la extracción manual o extrayendo la leche con un extractor.
- Si el bebé depende de la leche de fórmula, es posible que la madre biológica establezca la lactancia a través de un proceso denominado relactación.

La relactación, es decir, el proceso mediante el cual una madre consigue recuperar su producción de leche, puede llevar días para producirse, semanas o incluso meses después de que la leche se haya "secado". Cuanto más joven es el bebé, más fácil es reestablecer la producción de leche. La relactación es una estrategia establecida para aliviar los riesgos de la alimentación infantil en una situación de emergencia.

Este documento pretende ayudar al personal del VDH a educar a los padres y a los proveedores de cuidado de bebés menores de un año sobre cómo proporcionar leche materna humana. Lo que sigue a continuación es una lista de las mejores prácticas para fomentar o establecer la producción de leche y recursos adicionales para compartir con los padres. La crisis de alimentación infantil es una fuente de estrés y ansiedad para muchos padres. Postpartum Support Virginia educa a las familias, los proveedores de atención médica y las comunidades sobre los trastornos perinatales de ansiedad y del estado de ánimo. Más información en: [Postpartum Support Virginia](#).

¹ Historia completa: [ScienceDaily](#)

- 1) Si usted está amamantando parcialmente, intente amamantar más a menudo para aumentar la producción de leche (8-12 tomas, extracción manual o sesiones de bombeo) cada 24 horas.
- 2) Si el bebé depende de la leche de fórmula, considere la posibilidad de relactar. La relactación es el proceso mediante el cual una madre restablece la lactancia después de haberla interrumpido durante algún tiempo (semanas o incluso meses). Más información en: [Guía informativa de los CDC para apoyar a las familias con la relactación](#).
- 3) Las madres adoptivas pueden establecer la lactancia y suministrar leche materna humana.²
- 4) Busque ayuda especializada en lactancia si desea establecer o aumentar la producción de leche. (ver recursos más abajo)
- 5) Consulte al médico del bebé o al profesional de atención médica si tiene alguna duda, especialmente si el bebé sigue una dieta restrictiva o tiene alguna enfermedad.
- 6) Busque ayuda para la lactancia a través del programa WIC, grupos de apoyo en las redes sociales o grupos de apoyo de madre a madre, como [Breastfeeding USA](#), [La Leche League](#), o [ROSE](#).
- 7) Puede ponerse en contacto con el departamento de salud local o con la oficina de WIC para obtener referencias locales. Visite los [Distritos locales de salud](#) y haga clic en el mapa que muestra su ubicación.
- 8) Las madres que deseen iniciar o aumentar la producción de leche deben ser remitidas a una atención especializada de lactancia, existen varias clínicas de lactancia materna en Virginia.

[Children's Hospital of Richmond Lactation Clinic](#): 804-828-CHOR (2467)

[Children's Hospital of the King's Daughters Breastfeeding Medicine](#): 757-668-6984

[Inova Breastfeeding Medicine](#): 571-419-5640

[University of Virginia Breastfeeding Medicine Clinic](#): 434-924-0000

Se puede conocer la ubicación de los profesionales de la lactancia especialmente capacitados con credencial de Consultor de Lactancia Certificado por la Junta Internacional en los directorios enumerados a continuación en recursos.

² [Journal of Human Lactation Volumen: 38 número: 2, página\(s\): 252-261](#)

- 9) Compartir la leche materna de manera informal conlleva riesgos potenciales. Consulte la declaración de posición [de 2017 de la Academy of Breastfeeding Medicine sobre el intercambio informal de leche materna para el bebé sano a término.](#)
- 10) La leche materna humana puede ser una alternativa adecuada para las familias que alimentan a sus bebés con ciertas leches de fórmula especializadas para trastornos metabólicos. Se puede conseguir la leche materna humana de donante pasteurizada (Pasteurized Human Donor Milk, PHDM) con una prescripción del proveedor de atención médica del paciente. Puede obtener más información sobre los bancos de leche en [Human Milk Banking Association of North America](#) (HMBANA). Algunos planes de seguros que cubren el costo de la PHDM y de Abbott Nutrition también pueden ayudar a cubrir temporalmente los costos durante la interrupción de la lactancia.

RECUERDE: hable con el proveedor de atención médica del bebé si tiene alguna duda, la relactación es posible y recomendada para los padres que desean proporcionar leche materna humana.

RECURSOS:

[Declaración de la Academy of Breastfeeding Medicine sobre la escasez de sucedáneos de la leche materna.](#)

[Alimentación infantil en catástrofes y emergencias de la APP](#)

[Preguntas frecuentes sobre la lactancia materna de los CDC](#)

[Guía informativa de los CDC para apoyar a las familias con la relactación](#)

[Encuentre a un consultor sobre lactancia](#) (puede disponer de una mayor variedad de hablantes nativos)

[Alimentación infantil durante los desastres del HHS](#)

[Maximizar la leche materna y apoyar la lactancia del WIC de Michigan](#)

[El banco de leche The King's Daughters en CHKD](#)

[Directorio de IBCLC® de la USLCA](#)

[Virginia Breastfeeding Coalition](#)

[Recursos para la lactancia materna del Departamento de Salud de Virginia](#)