



## ANTECEDENTES

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) se ha convertido en una pandemia global que ha tenido impacto en el mundo y ha dado lugar a una declaración de emergencia nacional en los EE.UU.

Aunque la nación está experimentando tiempos inciertos, la Asociación Nacional de WIC (NWA) está aquí para proporcionar apoyo a la comunidad de WIC. La NWA es una organización educativa sin fines de lucro y la voz defensora del Programa Especial de Nutrición Complementario para Mujeres, Bebés y Niños (WIC), los 6.9 millones de madres y niños pequeños atendidos por WIC y las 12 000 agencias proveedoras de servicios que son la primera línea de los servicios de nutrición de salud pública de WIC para las madres y niños pequeños en riesgo nutricional de la nación.



# GUÍA SOBRE EMBARAZO, LACTANCIA Y COVID-19

## GUÍA SOBRE LACTANCIA PARA COVID-19

Con varias recomendaciones que circulan de las autoridades médicas, de salud pública y de lactancia materna en relación con la lactancia materna y el COVID-19, puede ser difícil identificar qué recurso a utilizar es el mejor. La Asociación Nacional de WIC recomienda seguir las pautas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para la lactancia materna y COVID-19.

El CDC recomienda lo siguiente:<sup>1</sup>

### Embarazo

- » Se desconoce si las personas embarazadas tienen más posibilidades de contraer COVID-19 que el público en general o si tienen más probabilidades de padecer una enfermedad grave como resultado. Según la información disponible, las mujeres embarazadas parecen tener el mismo riesgo que las mujeres que no están embarazadas.

Sin embargo, sabemos que:

- » Las mujeres embarazadas tienen cambios en sus cuerpos que pueden aumentar el riesgo de algunas infecciones.
- » Las mujeres embarazadas han tenido un mayor riesgo de contraer una enfermedad grave cuando se infectan con un virus de la misma familia que el COVID-19 y otras infecciones respiratorias virales, como la gripe.

Cómo protegerse:

- » Siempre es importante que las mujeres embarazadas se protejan contra las enfermedades.
- » Evite a las personas que estén enfermas o que hayan estado expuestas al virus.
- » Lávese las manos a menudo con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol.
- » Limpie y desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia.

Transmisión de madre a hijo

- » La transmisión del coronavirus de madre a hijo durante el embarazo es poco probable, pero después del nacimiento el recién nacido es susceptible a la transmisión de persona a persona.
- » Un número muy pequeño de bebés han dado positivo en las pruebas del virus poco después del nacimiento. Sin embargo, se desconoce si estos bebés contrajeron el virus antes o después del nacimiento.
- » El virus no se ha detectado en el líquido amniótico, la leche materna u otras muestras maternas.

### Lactancia

- » La leche materna proporciona protección contra muchas enfermedades y es la mejor fuente de nutrición para la mayoría de los lactantes.
- » Usted, junto con su familia y los proveedores de atención médica, deberían

decidir si y cómo comenzar o continuar la lactancia materna

- » En estudios limitados, el COVID-19 no se ha detectado en la leche materna; sin embargo, no sabemos con certeza si las madres con COVID-19 pueden propagar el virus a través de la leche materna.
- » Si está enferma y decide amamantar:
  - » Use una mascarilla y lávese las manos antes de cada comida.
- » Si está enferma y decide extraerse leche materna:
  - » Extraiga la leche materna para establecer y mantener el suministro de leche.
  - » Se debe proporcionar un extractor de leche dedicado.
- » Lávese las manos antes de tocar cualquier parte del extractor o del biberón y antes de extraer la leche materna.
- » Siga las recomendaciones para la limpieza adecuada del extractor después de cada uso, limpiando todas las partes que entran en contacto con la leche materna.
- » Si es posible, considere la posibilidad de que alguien que esté bien de salud alimente al bebé con la leche materna extraída.

Las recomendaciones detalladas se pueden encontrar en el sitio web de los CDC.

## WIC: EMPODERANDO FAMILIAS, FORTALECIENDO COMUNIDADES

Por favor, realice todas las preguntas a Darlena Birch, Nutricionista Sénior de Salud Pública, enviando un mensaje al correo electrónico: [dbirch@nwica.org](mailto:dbirch@nwica.org).

---

<sup>1</sup> Centers for Disease Control and Prevention (2020) Coronavirus Disease (COVID-19) and Breastfeeding. Acceso en línea: <https://www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/maternal-or-infant-illnesses/covid-19-and-breastfeeding.html>.

