

# La lactancia mientras COVID-19 Positiva

**Puedes y se te anima seguir amamantando tu bebé, incluso si eres COVID-19 positiva**

En este momento, no hay datos que demuestran que el COVID-19 se puede pasar a través de la placenta o la leche materna/ de pecho.

- La leche humana es muy recomendable para los bebés. Tiene anticuerpos que mantienen al bebé sano y en crecimiento, evita que se enferme y lo protegen de:
  - Diarrea y malestar estomacal
  - Dificultad respirando
  - Infecciones
  - Síndrome de muerte súbita infantil
- La lactancia aumenta el vínculo entre la madre y el bebé, ayuda con la recuperación posparto, disminuye los trastornos del estado de ánimo posparto, libera oxitocina que promueve los vínculos y la producción de leche.

**Aquí hay algunas precauciones preventivas de seguridad para tu bebé mientras amamantas o alimentas tu bebé con fórmula o con la extracción de leche materna/de pecho.**



**LÁVATE LAS MANOS**  
Lávate las manos antes y después de tocar al bebé y tu seno/pecho.



**DESINFECTAR SUPERFICIES**  
Desinfecta las superficies de forma rutinaria.



**USA UNA MÁSCARA**  
Usa una máscara durante las alimentaciones (una precaución importante cuando COVID-19 positiva).



**DESINFECTAR**  
Limpia y desinfecta cada vez que usas: biberones y cucharón de fórmula.



## Cuando usando el extractor de leche

**(USA UNA MÁSCARA CUANDO USANDO EL EXTRACTOR DE LECHE SI ERES COVID-19 POSITIVA):**

- 1 Lávate las manos.
- 2 Limpia todas las partes de tu extractor de leche antes de cada uso.
- 3 Lávate las manos otra vez antes de empezar a usar el extractor de leche.
- 4 Después de extraer, guarda y almacena tu leche como lo harías normalmente.
- 5 Limpia todas las partes del extractor de leche.
- 6 Lávate las manos.

**Obtenga apoyo en torno al amamantamiento**

**Esto aumenta las posibilidades de amamantar con éxito a tu bebé - incluso sin un diagnóstico positivo.**

Visita nuestro sitio web para obtener recursos virtuales sobre lactancia.

**TheMaternalCoalition.org**