



iHAN

Iniciativa para la humanización de la asistencia al nacimiento y la lactancia.

Lactancia materna ante la pandemia de Coronavirus COVID-19. Información para familias con niños y niñas pequeños

IHAN España 15 de marzo de 2020

Los coronavirus

Los coronavirus se llaman así porque su forma al microscopio recuerda a la corona solar. Son virus conocidos que causan enfermedades respiratorias leves (tos, estornudos, dolor de garganta y fiebre no muy alta) generalmente en los meses fríos y afectan a personas de todas las edades. Algunos grupos de riesgo pueden tener complicaciones más graves, pero en general la enfermedad es benigna.

Enfermedad COVID-19

Está causada por el virus SARS-CoV-19 un coronavirus nuevo, emparentado con los virus SARS y MERS.

Los coronavirus humanos causan enfermedades respiratorias todos los inviernos.

Los lactantes amamantados tienen un riesgo mucho menor de tener complicaciones por estos virus conocidos

Son virus contagiosos, muchas personas no tienen síntomas, pero las personas (adultos y niños) inmunodeprimidas o con enfermedades crónicas pueden tener complicaciones. En la infancia, el riesgo de tener complicaciones como bronquiolitis o neumonías disminuye cerca de un 70% en los lactantes amamantados.

¿qué tiene de nuevo esta enfermedad?

Aún hay muchas cosas que no sabemos de esta nueva enfermedad, pero hay varios aspectos que la diferencian de las anteriores:

1. Es una enfermedad que se extiende muy rápido: es muy contagiosa porque además hay muy poca inmunidad frente a ella (nadie la ha pasado antes y no hay vacunas tampoco).
2. Es una enfermedad que puede tener consecuencias muy graves en personas de riesgo.

¿Cómo se extiende la enfermedad COVID-19?

Este virus se transmite por vía respiratoria

Aunque todavía no se conocen todos los aspectos de esta enfermedad, los estudios actuales muestran que la principal vía de contagio es a través de gotas respiratorias mayores de 5 micras, gotas gruesas que no se transmiten a distancias superiores a un metro. Por eso se recomienda que el personal sanitario y los enfermos o las personas con tos lleven mascarilla, pero no parece útil que todo el mundo la lleve.

Este virus no parece transmitirse por la leche materna

No se ha detectado el nuevo virus en leche materna y no se ha observado ningún contagio madre-hijo. Las características del virus, similares a las de otros virus respiratorios (como el de la gripe) indican que es muy improbable que el virus se transmita a través de la leche.

Este virus no parece transmitirse durante el embarazo ni el parto

No se ha constatado que las madres transmitan el virus a sus hijos durante el embarazo ni el parto. Tampoco que las mujeres embarazadas tengan mayor riesgo de padecer la enfermedad.

El SARS-CoV-19 se transmite por contacto con objetos contaminados

Las gotas que pueden quedar en las manos después de toser, tocarse el pañuelo o la mascarilla también son contagiosas. Las gotas que caen al suelo o a otras superficies (pomo de las puertas, barras de autobuses o trenes, asientos...) siguen siendo infecciosas un tiempo. Cuando una persona sana toca las manos o las superficies contaminadas, el virus pasa a sus manos y si se toca la cara puede contaminarse.

Por eso es tan importante la higiene de manos. Y por eso los niños se contagian y nos contagian más fácilmente todas las enfermedades respiratorias.

¿por qué nos piden que nos quedemos en casa?

El problema de esta infección es no sólo que puede causar problemas muy graves en personas ancianas y con enfermedades previas. El principal problema es que se extiende muy rápidamente y no tenemos defensas frente a ella. Así, aunque sólo 2 de cada 10 personas que se infectan necesitarán ingreso y tratamiento en el hospital, cuando enferman muchas personas 2 de cada 10 son muchas personas. Si hay muchos enfermos graves a la vez, pueden colapsar el sistema sanitario, los hospitales pueden quedarse sin camas y no haber respiradores para todos los enfermos. Por eso se pide que la gente se

El virus SARS-CoV-19 no se ha aislado en leche y es improbable que se transmita por la leche materna.

Las madres no transmiten el virus durante el embarazo ni el parto

La nueva enfermedad se transmite por gotas respiratorias y por los objetos contaminados con ellas.

La mejor forma de evitarla es mantener distancia de al menos 1 metro.

No tocar objetos contaminados y lavarse las manos a menudo con agua y jabón.

Quedarse en casa es la mejor manera de interrumpir la cadena de contagios

quede en casa, para intentar que haya menos contagios de golpe y poder atender a las personas que están enfermas.

¿Que síntomas presenta esta nueva enfermedad?

Las personas que enferman suelen tener fiebre y tos seca. Algunas personas pueden tener algo de dificultad para respirar). En la mayoría de las personas sanas esta es una enfermedad leve que cura en pocos días, como una gripe. Y tan sólo necesita medicación para la fiebre o la tos, hidratación y reposo.

¿cómo afecta esta enfermedad en la edad infantil?

La enfermedad parece afectar poco a la infancia, en China sólo un 1% de los pacientes eran niños. Los escasos estudios publicados muestran que en general la enfermedad les afecta de forma leve. Los síntomas más frecuentes son fiebre y tos y algunos tuvieron dolor de garganta, diarrea o vómitos. La enfermedad revistió

mayor

gravedad en niños con enfermedades cardíacas o respiratorias o inmunodeprimidos, todos curaron sin secuelas y no se han declarado muertes infantiles.

¿Puede la lactancia materna proteger frente a esta enfermedad?

Tras el nacimiento la inmunidad solo está completa con la leche materna

El amamantamiento protege a los lactantes de enfermedades respiratorias y de que estas se compliquen. No hay datos para pensar que en esta nueva enfermedad

Enfermedad COVID-19 en la infancia

Sólo el 1% de los menores de 9 años sufren la enfermedad

Los síntomas más frecuentes son tos seca, fiebre y dificultad respiratoria

No hay descritos casos de extrema gravedad ni siquiera en neonatos

Cuando madre e hijo pasan juntos muchas horas al día, los virus que les rodean son los mismos y las defensas de la leche materna protegen mejor al bebé.

¿Puede la lactancia materna proteger frente al coronavirus?

La lactancia materna ofrece protección al lactante y al niño y niña pequeños frente a las infecciones respiratorias, entre ellas el coronavirus. Se desconoce si también puede proteger frente al COVID-19. Pero se sabe que niños y niñas tienen escasa capacidad de defensa frente a las infecciones principalmente respiratorias e intestinales. Las defensas que la madre fabrica en respuesta a los virus y bacterias de su entorno (inmunoglobulinas, células y otros factores) pasan a través de la leche al bebé que puede así defenderse adecuadamente de estas infecciones.

Desde el nacimiento hasta alrededor de los 3 años el sistema inmune solo está completo si se acompaña del amamantamiento. Cuando madre e hijo pasan juntos muchas horas al día, su ambiente y los virus que los rodean son similares y las defensas de la leche materna protegen al bebé con mayor eficacia.

¿Cómo pueden proteger a sus bebés de la infección COVID-19 las madres que amamantan?

Amamantamiento tras el parto normal, instrumentado o por cesárea, madre con síntomas o con COVID-19 confirmado

De acuerdo con las recomendaciones de otros organismos **se recomienda que madre e hijo realicen contacto piel con piel inmediato tras el parto y favorecer el agarre espontáneo al pecho en la primera hora siempre que el estado clínico de madre o hijo lo permitan.** La enfermedad descrita en neonatos y lactantes es leve y el virus no se transmite por la leche por ello, no hay razones en la actualidad para cambiar las indicaciones habituales.

La cesárea no disminuye el riesgo de transmisión del virus al recién nacido y puede aumentar el riesgo de complicaciones en la madre y dificultar el amamantamiento.

Se recomienda que la madre mantenga las medidas que ha utilizado durante el parto para evitar el contagio al personal sanitario (mascarilla y desinfección de manos).

Se recomienda informar a las madres gestantes sobre la importancia del amamantamiento para la protección frente a las enfermedades infecciosas y no infecciosas para sus bebés y para ellas mismas.

Se recomienda ofrecer apoyo y recursos a las madres que inician el amamantamiento para que puedan instaurar adecuadamente la lactancia. En el momento actual muchos grupos de apoyo están ofreciendo recursos creativos e innovadores para el apoyo desde casa (www.amamanta.es). Mas información sobre grupos de apoyo en www.ihan.es/grupos-apoyo.

Madres que están amamantando y están sanas.

La medida más adecuada para proteger su salud y la de sus hijos en cualquier situación, pero también en esta pandemia es que las madres continúen amamantando a sus bebés y niños y niñas pequeños durante el mayor tiempo posible y en exclusiva si es posible durante los primeros 6 meses.

(UNICEF 2020, RCOG 2019, OMS 2020, LLLI 2020, CDC 2020, AELAMA 2020, APILAM 2020, FEDALMA 2020)

Madres que están amamantando y están sanas

Lo que sabemos de la nueva enfermedad y el nuevo virus, la experiencia con enfermedades similares y los conocimientos sobre la importancia del amamantamiento para la protección y desarrollo de la inmunidad en los primeros meses y años de la vida, indican **que la medida más adecuada de protección para los bebés es que las madres continúen amamantando a sus bebés y niños y niñas pequeños durante el mayor tiempo posible y en exclusiva si es posible durante los primeros 6 meses.**

Infeción moderada o grave que requiere ingreso hospitalario de la madre

La decisión de continuar amamantando o de extraerse la leche debe ser tomada por la madre atendiendo a sus deseos y su estado clínico. Conviene tener en cuenta que si la madre no está en condiciones de realizar la extracción de leche es recomendable que sea ayudada para evitar problemas de ingurgitación mamaria sobreañadida.

La leche extraída puede serle administrada al bebé y no necesita esterilizarse.

¿Cómo pueden proteger a sus bebés de la infección COVID-19 las madres que NO amamantan?

Es importante recordar que la infección en lactantes y niños y niñas pequeños no suele ser grave. En el caso de que la madre esté enferma es conveniente que utilice las medidas de precaución generales cuando tenga contacto con su bebé y que pida ayuda para cuidar al bebé por un cuidador que esté sano.

La lactancia materna no transmite la enfermedad y puede proteger a tu bebé. Si la madre ha dejado de amamantar y no hace mucho tiempo es importante informarle sobre la posibilidad de relactar y si ese es su deseo conviene referirla a profesionales especialistas en lactancia materna (IBCLC, asesoras de lactancia, unidades de lactancia y grupos de apoyo).

La situación de emergencia sanitaria puede hacer imposible la aplicación de alguna de estas recomendaciones.

Estas recomendaciones serán actualizadas según vayan apareciendo nuevas evidencias.

Información más detallada y referencias en el documento para profesionales en www.ihan.es

OTROS LINKS DE INTERÉS

- Ministerio de Sanidad, Bienestar Social e Igualdad.
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>
- UNICEF WWW.UNICEF.ORG
- Organización Mundial de la Salud. WWW.OMS.ORG
- European Center for Disease Control ECDC. WWW.ECDC.EUROPA.EU
- IHAN. Iniciativa para la humanización de la asistencia al nacimiento y la lactancia:
WWW.IHAN.ES
- Asociación Española de Lactancia Materna. WWW.AELAMA.ORG
- Asociación para la Investigación en lactancia materna. WWW.APILAM.ES
- Página web sobre lactancia, medicamentos y enfermedades WWW.E-LACTANCIA.ORG
- Asociación AMAMANTA. WWW.AMAMANTA.ES
- La Liga de la Leche internacional WWW.LLLI.ORG

No se recomienda suspender la lactancia materna.

Suspender lactancias ante la COVID-19 supone más riesgo que beneficio para madre e hijo.

Tras el parto la infección COVID-19 no obliga a interrumpir el contacto piel con piel ni la primera toma en la primera hora si el estado clínico de madre e hijo lo permiten

Se recomienda mantener las medidas que se hayan utilizado durante el parto para evitar el contagio al personal sanitario (mascarilla y desinfección de manos) y posteriormente al bebé por gotas