

# ¿Es seguro darle leche a mi bebé en la NICU si estuve expuesta o tengo la enfermedad por el nuevo coronavirus 2019 (COVID-19)?

Con tantas noticias en los medios sobre la COVID-19, es normal que la preocupe saber si es seguro o recomendable darle leche a su bebé en la NICU.

Esto toma más relevancia si estuvo expuesta o le diagnosticaron COVID-19. Sin embargo, **su leche no solo es segura, sino que también es beneficiosa para su bebé en la NICU.**

## ¿El virus de la COVID-19 puede estar en la leche?

- Todavía no se sabe con seguridad si las madres transmiten el virus de la COVID-19 a través de la leche. Los pocos estudios sobre este tema no encontraron el virus de esta enfermedad en la leche materna. Los estudios realizados en madres que tenían un virus similar (coronavirus del síndrome respiratorio agudo grave; o SARS-CoV) no encontraron el virus del SARS en la leche materna.
- Sin embargo, cualquier virus que ingresa en el torrente sanguíneo de la madre hace que se produzca un tipo de protección muy específica para combatir estos virus: los anticuerpos. Los anticuerpos sí se transmiten por la leche materna. Entonces, en el desafortunado caso de que el virus se transmita a través de la leche, **también se transmiten anticuerpos que ni los medicamentos más modernos pueden proporcionar.**

## ¿No sería mejor darle fórmula o leche materna donada a mi bebé?

- Es fácil pensar que “es más seguro” evitar su propia leche, pero a decir verdad sucede todo lo contrario. Solamente su leche (y no la fórmula ni la leche materna donada) tiene los anticuerpos únicos en su género que disminuyen las posibilidades de que su bebé contraiga la COVID-19.

- Todas las autoridades (Organización Mundial de la Salud, centros para el control de enfermedades, American Academy of Pediatrics, Academy of Breastfeeding Medicine) recomiendan continuar con la lactancia materna (dar leche) ante la presencia de la COVID-19. En la NICU, la leche materna es incluso más importante porque ayuda al sistema inmune aun no desarrollado del bebé a combatir todo tipo de infecciones.

## ¿Qué sucede si mi bebé necesita leche materna donada? ¿Cómo me aseguro de que no tenga la COVID-19?

Es muy normal que esto la preocupe. Sin embargo, los bancos de leche que suministran a nuestra NICU siguen una serie de pasos para asegurarse de que la leche es segura.

- En primer lugar, las madres donantes deben realizarse un análisis de sangre para demostrar que no tienen ninguna enfermedad. Estas madres solamente pueden enviar una muestra de su leche al banco si los resultados del análisis son buenos. Si la leche presenta microorganismos perjudiciales, la madre no puede convertirse en donante de leche.
- Por último, toda la leche materna donada que se acepta se pasteuriza, al igual que la leche que compra en la tienda para su familia. Este proceso térmico elimina los microorganismos de la leche, incluso los virus como el de la COVID-19.

## ¿Qué más puedo hacer para disminuir las posibilidades de que mi bebé esté expuesto a la COVID-19 mientras le doy mi leche?

Tenga en cuenta que todos los virus, incluso el de la COVID-19, pueden meterse en la leche extraída, aunque no comiencen a desarrollarse exactamente en las mamas. Aquí le mostramos varias precauciones que puede tomar.

- **Lávese las manos con agua tibia y jabón, o colóquese desinfectante para manos a base de alcohol antes de comenzar la extracción o mientras manipula el equipo para la recolección de leche.** Los microorganismos de las manos pueden meterse en la leche extraída incluso si no estaban en ella de antemano.
- **Asegúrese de que su kit sacaleches esté lo más limpio posible.** Lave su kit de recolección con agua tibia y jabón después de cada uso, luego enjuáguelo con agua limpia, y finalmente déjelo secar lejos de otra vajilla o en un lugar donde los miembros de la familia no toquen las piezas. Desinfecte su kit al menos una vez al día en una bolsa de cocción para microondas, hirviéndolo en una olla o en el lavavajillas (seleccione Sani-cycle).
- **Evite toser o estornudar sobre el kit sacaleches y en los envases par a almacenar leche.** Este consejo es muy importante, ya que el virus de la COVID-19 se contagia a través de la tos, el estornudo y la respiración.
- **Limpie el exterior del sacaleches antes de usarlo.** Use una toallita húmeda antibacteriana para limpiar el exterior del sacaleches cada vez que lo use, ya sea en su casa o en la NICU.



Creado por:

Paula P. Meier, PhD, RN  
Aloka L. Patel, MD

Financiado por:

FAMILY  
LARSSON  ROSENQUIST  
FOUNDATION  
dedicated to human milk