

# RECOMENDACIONES de higiene al extraer leche

Esta es una buena práctica aun en ausencia de COVID-19. Lave el extractor o sacaleches y los recipientes después de cada uso, con jabón líquido: por ejemplo, un producto para vajilla disuelto en agua templada. Enjuague con agua caliente durante 10-15 segundos.



## ¡Recuerda!

- La lactancia materna y el contacto piel a piel reducen significativamente el riesgo de muerte en los neonatos y lactantes de corta edad, además, proporciona beneficios a la salud y el desarrollo para toda la vida.
- La lactancia materna reduce el riesgo de cáncer de mama y de ovario en la madre.
- Los neonatos y lactantes presentan un bajo riesgo de infección por el virus de COVID-19.
- Los numerosos beneficios de la lactancia materna superan los posibles riesgos de transmisión y enfermedad asociados al COVID-19.



EL IGSS CONTRA EL COVID-19

Encuentra más consejos en: [www.igssgt.org](http://www.igssgt.org)

 #LactanciaMaternalIGSS



### Subgerencia de Prestaciones en Salud

Departamento de Medicina Preventiva  
Sección de Higiene Materno Infantil

7ª avenida 22-72 zona 1, Ciudad de Guatemala  
PBX: 2412-1224

\*Este documento está hecho con base en la publicaciones de la Organización de la Salud -OMS- que busca orientar en el manejo clínico de la infección respiratoria aguda grave (IRAG) en caso sospechoso de COVID-19.

Protégete  
transforma vidas



Proteger la

**Lactancia Materna**

es una responsabilidad compartida



*Amamantar  
es el primer regalo de vida*



**LACTANCIA MATERNA  
Y COVID-19**



## El COVID-19 no se transmite por lactancia materna

Hasta la fecha no se ha detectado el virus activo de COVID-19 (es decir, que pueda causar infección) en la leche de ninguna madre con COVID-19. Por lo tanto, es poco probable que la enfermedad pueda transmitirse por la leche materna. Por ello, una madre con COVID-19 puede seguir amamantando a su bebé.

**En las comunidades con presencia de COVID-19 las madres pueden continuar amamantando a sus hijos.** No existen motivos para evitar o interrumpir la lactancia materna, además, es la mejor fuente de nutrición para la mayoría de bebés y brinda protección contra muchas enfermedades.



## Lactancia después de padecer COVID-19

La madre puede empezar a amamantar en cuanto se sienta suficientemente bien para hacerlo. No hay datos científicos que indiquen que la lactancia modifique el curso clínico de COVID-19 en las madres.

La madre deberá recibir apoyo para garantizar una recuperación completa y para iniciar o reanudar la lactancia materna.

## La leche extraída de una madre con COVID-19 es segura

Es poco probable que pueda transmitirse el virus por la leche materna extraída de una madre con sospecha o confirmación de COVID-19.

## Si una madre con COVID-19 no puede amamantar, puede utilizar extracción de leche

- » Debe hacerse manualmente, las madres deben recibir orientación y apoyo para usar la técnica con éxito.
- » Se utilizará un extractor o sacaleches solo cuando sea necesario. La extracción manual puede ser igual de eficaz.
- » Una persona que no presente síntomas, con la que el bebé se sienta cómodo, deberá alimentarlo con una taza y/o cuchara limpia.

## RECOMENDACIONES de higiene para las madres con caso sospechoso o confirmado:

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o con alcohol, antes de tocar al bebé.



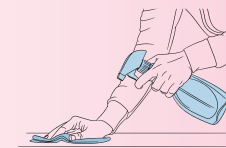
- Utilizar una mascarilla mientras amamantan.
  - Sustituirla en cuanto se humedezca.
  - No reutilizarla.
  - No tocar la parte frontal y quitársela desde atrás.



- Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo al estornudar o toser y desecharlo inmediatamente. Volver a lavarse las manos con agua y jabón.



- Limpiar y desinfectar regularmente las superficies.



*Se recomienda que las madres con síntomas de COVID-19 utilicen una mascarilla médica, si no dispone de estas, se puede cubrir al bebé mientras lo alimenta y si este último tampoco es posible, existen otros métodos para alimentar al bebé como la extracción de la leche de la madre. Es importante aplicar el resto de medidas de prevención de infecciones como lavarse las manos limpiar las superficies.*