



the**well**project

Información general sobre las opciones de alimentación infantil para padres viviendo con el VIH

Actualizado: 21 de octubre de 2022

Juntos podemos cambiar el curso de la epidemia del VIH...una mujer a la vez.

#unamujeralavez

#thewellproject

www.thewellproject.org



thewellproject

La lactancia materna, la lactancia de pecho y el VIH

Dar pecho mientras se toman medicamentos para el VIH:

- Estándar de atención para las mujeres y otros padres viviendo con VIH en zonas de recursos limitados a nivel mundial
- Se ha demostrado que aumenta la supervivencia y el bienestar de sus bebés
- Probabilidad de transmisión del VIH extremadamente baja
 - La *lactancia materna* también se denomina amamantar, alimentar con el cuerpo, dar el pecho (término que incluye a las personas que no tienen senos debido a la cirugía o por otra razón, o a las que pueden preferir un lenguaje neutro desde el punto de vista del género)



thewellproject

La lactancia materna, la lactancia de pecho y el VIH

En entornos de altos recursos como EE. UU., Canadá y Europa occidental, las directrices sobre el VIH y la salud pública desaconsejan la lactancia entre las mujeres viviendo con VIH

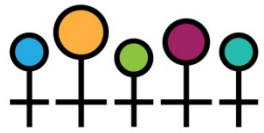
- No abordan ni los beneficios potenciales de la lactancia materna para la salud, ni los posibles riesgos para la salud de los padres y el niño como resultado de no amamantar
- La información disponible puede ser confusa para aquellos que quieran explorar la lactancia materna/dar el pecho



thewellproject

La lactancia materna, la lactancia de pecho y el VIH

- Los padres pueden considerar la lactancia materna por importantes razones emocionales, culturales, familiares y de salud, incluso en zonas donde la fórmula es fácilmente accesible
- En los últimos años, las directrices de tratamiento del VIH para los países ricos en recursos han incluido actualizaciones en las que se reconoce el deseo de algunas mujeres viviendo con VIH de dar el pecho; se sugieren formas para que los proveedores apoyen a los padres que consideran esta opción

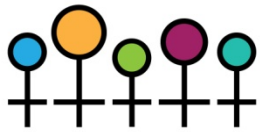


thewellproject

Toma de decisiones para la alimentación infantil basada en la información

- Existen muchas razones por las que los padres pueden elegir un método distinto a la lactancia materna/dar pecho
- Tener información sobre diversas opciones puede prepararle para las conversaciones con su proveedor y ayudarle a tomar una decisión informada



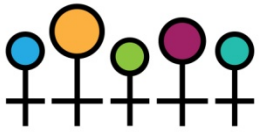


the**well**project

Amamantar con la

mayor seguridad posible

- Tome sus medicamentos para el VIH exactamente como se los han recetado (adherencia)
 - Mantiene baja la cantidad de virus en su sangre; hace mucho menos probable que su bebé adquiera el VIH
 - Su proveedor puede realizar pruebas adicionales de carga viral mientras usted está dando el pecho
- Asegúrese de que su bebé reciba sus dosis de medicamentos para el VIH
 - Si da el pecho, es posible que se prescriban medicamentos y pruebas adicionales para el bebé
- Haga todo lo posible por dar el pecho de forma exclusiva (sin otras formas de alimentación para el bebé) durante 6 meses
- Cuide bien sus pechos
 - Trate de evitar la congestión, la mastitis, los pezones agrietados



the**well**project

Amamantar con la mayor seguridad posible

- Encuentre personas que le ayuden a gestionar los factores de estrés
 - Cuidar a un bebé, curar su propio cuerpo después del parto, amamantar, tratar su VIH
- Busque ayuda si se siente muy triste después de tener un bebé ("tristeza posparto" o, en casos más graves, depresión posparto)
- Pida consejo a personas conocedoras de su comunidad o a profesionales (especialistas en lactancia, etc.) sobre cualquier problema de lactancia.
 - Pezones agrietados o doloridos, un bebé que tiene dificultades para amamantar
- Cuide bien su propia salud mientras esté dando el pecho
 - Suficiente comida sana, agua limpia para beber, descansar



thewellproject

Otras opciones para la alimentación infantil

Fórmula Infantil

- La opción más segura desde la perspectiva del VIH; garantiza que no habrá riesgo en absoluto de transmitir el VIH
- Leche de vaca (o de cabra o soya) modificada para hacerla similar a la leche de pecho
- No tiene anticuerpos ni proporciona los efectos protectores de la leche de pecho
- Está disponible en polvo (tiene que mezclarse con agua pura) o en líquido (tiene que ser refrigerada después de que se abre el envase)
- Normalmente no es gratis

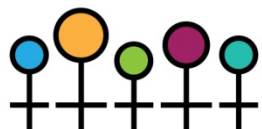


thewellproject

Otras opciones para la alimentación infantil

Banco de leche

- Las mujeres que producen más leche materna de lo que necesitan pueden donar esa leche adicional
 - Las posibles donadoras pasan por un proceso de evaluación y análisis de sangre antes de donar su leche
 - El banco de leche da esa leche a bebés que, por cualquier razón, no pueden ser amamantados (a menudo por un costo)
- Es posible que el banco de leche no siempre tenga suficiente leche para dar
- Su bebé puede recibir leche de diferentes mujeres que comparten diferentes anticuerpos; posiblemente no recibirán lo suficiente de un anticuerpo en particular como sería el caso si siempre recibieran la leche de una misma mujer



thewellproject

Otras opciones para la alimentación infantil

Nodriza o alimentación cruzada

- Llegar a un acuerdo para que otra mujer amamante a su bebé (con paga o bajo un acuerdo informal con una amiga)
- Las nodrizas eran comunes antes
- Depende de que una mujer produzca más leche de pecho de lo que ella necesite
- La mujer debe estar cerca del lugar donde se encuentra su bebé y disponible cuando su bebé necesite ser alimentado
- La mujer tendría que someterse a pruebas de detección del VIH y de otras condiciones de salud que afectan a la lactancia materna



thewellproject

Otras opciones para la alimentación infantil

Calentamiento rápido

- Usted puede expresar su propia leche y luego calentarla rápidamente para destruir cualquier germen o virus
- Este proceso también destruye otros componentes en la leche que son buenos para su bebé
- Fue desarrollado para personas dentro de países limitados en recursos que no tienen acceso a ninguna de las otras opciones mencionadas
- Proceso toma mucho tiempo



thewellproject

¿Cuál opción debo elegir?

Usted es la única persona que debe decidir como se alimentará su bebé

- Si Ud. elige amamantar, es importante que usted:
 - Se mantenga al corriente con su cuidado médico, exactamente como se lo recomienda y receta su proveedor de cuidado
 - Encuentre una red de apoyo y un proveedor médico en los que usted confía y que pueden ser buenos recursos para obtener información sin juzgarla
- Tomar esta decisión puede ser un proceso desafiante
- Puede sentir miedo, estrés o hasta algo de tristeza con cualquiera de las opciones que esté considerando

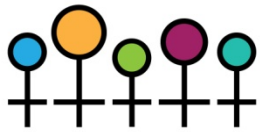


thewellproject

¿Cuál opción debo elegir?

Cuide de sí misma durante este proceso

- Conéctese con un grupo de mujeres u otras personas que pueden ofrecerle apoyo, escriba sobre sus pensamientos y preocupaciones, o haga alguna actividad que le ayude a sentirse apoyada mientras se prepara para tomar la mejor decisión posible para usted y para su familia creciente



thewellproject

¡Aprenda más!

- Para aprender más sobre este tema y para enlaces a artículos con más detalles, favor de leer la hoja informativa:
 - [Información general sobre las opciones de alimentación infantil](#)
- Para más hojas informativas y para conectarse con nuestra comunidad de mujeres viviendo con el VIH, visite:
 - [www.thewellproject.org](#)
 - [www.facebook.com/thewellproject](#)
 - [www.twitter.com/thewellproject](#)