



thewellproject

¿Puedo dar pecho mientras vivo con 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

¿Puedo amamantar?

Elegir un método para alimentar a sus bebés es una de las decisiones más importantes que toman los futuros y nuevos padres

- Es aún más complicado cuando la persona que da a luz vive con VIH
- La información disponible es confusa para aquellos que quieren explorar esta opción





thewellproject

El VIH y la lactancia: Resumen

Cuando una mujer con VIH tiene una **carga viral indetectable** (no tiene suficiente VIH en la sangre para que sea medido con análisis):

- **Cero** riesgo de que ella transmitirá el VIH a sus parejas sexuales
- **Muy bajo** (< 1 %) riesgo de transmitir el VIH a su bebé durante el embarazo o el parto
- **Bajo** riesgo de transmisión al bebé mediante la lactancia, **pero no es comprobado ser cero**



thewellproject

El VIH y la lactancia alrededor del mundo

Si usted es una mujer viviendo con el VIH en un área **con recursos limitados** (ej. partes África o India), la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que usted amamante si usted está tomando medicamentos contra el VIH

- Alimentar con fórmula puede no ser opción
 - Falta de fondos para comprarla, agua pura para mezclarla (la fórmula en polvo), refrigeración para mantenerla fresca
- Más probable que los bebés desarrollen (y posiblemente mueran a causa de) diarrea y otras enfermedades
 - La leche de pecho contiene sustancias que protegen y fortalecen el sistema inmunitario del bebé
 - La leche de pecho puede ayudar a los bebés a sobrevivir ciertas enfermedades
- Beneficios de la lactancia son más altos que los riesgos del VIH cuando los recursos son limitados de esta forma



the**well**project

El VIH y la lactancia alrededor del mundo

Si usted es una mujer viviendo con el VIH dentro de una **región del mundo rica en recursos** (ej. Estados Unidos o Europa), todas las principales directrices de tratamiento del VIH recomiendan evitar la lactancia

- La fórmula para lactantes, el agua pura y la refrigeración suelen estar fácilmente disponibles
- Las probabilidades de que un bebé muera a causa de enfermedades por las cual la leche de pecho puede ofrecer protección son mucho más bajas
- Basadas en la creencia de que incluso un riesgo muy bajo de que un bebé obtenga el VIH de la leche de pecho no se puede justificar cuando los padres tienen acceso a alternativas



thewellproject

El VIH y la lactancia alrededor del mundo

Algunos padres dentro de áreas ricas en recursos pueden todavía considerar la lactancia, a pesar de estas directrices

- Las investigaciones demuestran que la leche de pecho protege la salud del bebé en crecimiento y satisface todas las necesidades nutricionales
- Razones emocionales y culturales
- Pueden experimentar presión de la familia para amamantar
- El no amamantar puede ser forma de divulgar el estado de VIH sin querer hacerlo
- Las mujeres partiendo de un país con recursos limitados hacia un área rica en recursos pueden no saber por qué las instrucciones son diferentes o por qué hay posibles restricciones

El proceso de ***decidir cómo alimentar a su bebé puede ser abrumador*** para padres que están viviendo con el VIH



thewellproject

La transmisión del VIH y la lactancia

- Tener una carga viral indetectable en la sangre no puede garantizar que haya una carga viral indetectable dentro de la leche de pecho
 - Se necesita más investigación sobre cómo los medicamentos contra el VIH afectan las células dentro de la leche de pecho, al igual que dentro de bebés que son amamantados
- El estudio PROMISE: Un estudio de más de 2,000 mujeres viviendo con VIH y sus bebés en África e India
 - Las tasas de transmisión del VIH a los bebés fueron muy bajas, <1 % un año después del nacimiento
 - 2 bebés dentro de este estudio sí adquirieron el VIH; es posible que las madres no tenían cargas virales indetectables durante el tiempo de la transmisión



thewellproject

La transmisión del VIH y la lactancia

- Los anticuerpos de la madre en la leche de pecho pueden proteger al bebé contra las enfermedades y alergias comunes
- Los medicamentos contra el VIH, al igual que otros medicamentos, también son pasado a los bebés mediante la leche de pecho
- Esta transferencia de anticuerpos y medicamentos contra el VIH pueden proteger al bebé de contraer el VIH
- Sin embargo, no sabemos
 - qué cantidad de los medicamentos contra el VIH son transferidos a los bebés que amamantan;
 - si esa cantidad cambia durante el tiempo que está amamantando; o
 - cuáles efectos de largo plazo los medicamentos contra el VIH tienen sobre los bebés



thewellproject

La transmisión del VIH y la lactancia

- Debido a a que las directrices sobre el VIH en países ricos en recursos no recomiendan la lactancia, los estudios sobre la lactancia y el VIH han sido limitados
- Mucha de la información que tenemos sobre el VIH y la lactancia viene de ambientes con recursos limitados
 - donde se recomienda la lactancia y donde medicamentos antiguos contra el VIH son comunes
- Las mujeres dentro de países ricos en recursos usualmente toman medicamentos contra el VIH que son más nuevos y es más probable que tengan acceso a suficiente comida y agua pura
 - La lactancia puede afectar la salud de la madre y del bebé de forma diferente que en ambientes con recursos limitados



thewellproject

La transmisión del VIH y la lactancia

- **Nota importante:** en años recientes, las directrices clave en el tratamiento del VIH en EE. UU. y Europa, las cuales recomiendan contra la lactancia cuando la fórmula está disponible, han incluido actualizaciones para ***reconocer el deseo de amamantar en algunas mujeres viviendo con el VIH dentro de países ricos en recursos***
- Estas no son recomendaciones; estas directrices sugieren maneras para que los proveedores de cuidado médico puedan apoyar la salud de las mujeres que elijen amamantar, al igual que la salud de sus bebés
 - En EE. UU. los defensores y profesionales médicos están trabajando para actualizar las directrices estadounidenses para reflejar estos principios de apoyo y de toma de decisiones informadas



thewellproject

Factores que pueden afectar el riesgo de transmisión

- **Retos de la adherencia para nuevas madres**
 - El cansancio relacionado con el cuidado de un recién nacido; los padres sacrifican el cuidado propio mientras cuidan a sus bebés
 - Olvidar tomar algunos medicamentos contra el VIH o faltar a citas médicas puede resultar en el aumento de la carga viral de la madre
- **Inflamación/irritación dentro de la panza del bebé**
 - Puede suceder cuando el bebé está vomitando o tiene diarrea
 - Se ha demostrado que puede ser un factor de riesgo para la transmisión del VIH mediante la leche de pecho
- **Infecciones de los senos**
 - Mastitis (común entre las madres lactantes sin importar si están viviendo con VIH o no) puede aumentar la carga viral del VIH en la leche de pecho



thewellproject

Factores que pueden afectar el riesgo de transmisión

- **Salud del pezón**
 - Los pezones de muchas mujeres pueden adolorarse o agrietarse al amamantar
 - Los pezones agrietados pueden exponer al bebé a una cantidad pequeña de sangre de la madre, aumentando el riesgo de transmisión
- **Congestión mamaria**
 - Los pechos de una nueva madre a veces pueden congestionarse (llenos de leche de más hasta doler)
 - También puede aumentar la carga viral dentro de la leche de pecho y el riesgo de transmisión del VIH durante la lactancia



thewellproject

¿I=I aplica durante la lactancia?

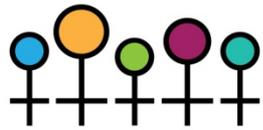
- "Indetectable Es Igual A Intransmisible" (I=I), se refiere a una investigación exhaustiva que ha demostrado que una persona viviendo con VIH que toma medicamentos contra el VIH y cuya carga viral es indetectable no puede pasar el virus durante el las relaciones sexuales
 - La cantidad del VIH dentro de la leche de pecho y la cantidad que tiene en la sangre pueden ser diferente
 - No sabemos si eso también es cierto si la carga viral de la mujer ha sido indetectable por un tiempo mientras continúa tomando medicamentos contra el VIH
- El riesgo de transmisión del VIH mediante la lactancia es extremadamente bajo cuándo la carga viral de la madre es indetectable, pero ***no se ha demostrado que el nivel de riesgo es cero***, como lo es en el caso de la transmisión sexual



thewellproject

¿La aplica durante la lactancia?

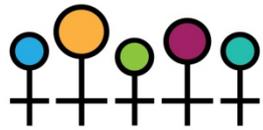
Mientras que las investigaciones sobre este tema continúan, es importante que los proveedores médicos y otros profesionales de salud comunitaria le *ayuden a las mujeres a tomar decisiones informadas basadas en la información que tenemos hoy en día, y que provean apoyo para las que eligen amamantar a sus bebés*



thewellproject

La lactancia: Beneficios

- **Nutrición y protección para el bebé**
 - La leche de pecho es la comida más nutritiva para los bebés
 - Contiene los anticuerpos de la madre que protegen a los bebés de ciertas enfermedades y alergias.
- **Salud más allá de la infancia**
 - Los bebés que son amamantados también tienen riesgos más bajos de enfermedades como la diabetes tipo 2 y la obesidad a una edad mayor
- **Costo, disponibilidad y conveniencia**
 - La leche de pecho es gratis y disponible fácilmente cuando la mamá está con el bebé
 - Puede ser expresada (sacada) y dada al bebé en un biberón cuando la madre no esté cerca



thewellproject

La lactancia: Beneficios

Para personas que amamantan:

- **Establece lazos**
 - Puede ayudarle a las nuevas madres a sentirse cerca de sus bebés
- **Salud mental**
 - Puede ayudarle a nuevas madres a evitar la depresión posparto
 - Puede ser seria y puede dificultar el cuidado de un nuevo bebé
- **Pérdida de sangre materna**
 - Baja el riesgo de pérdida de sangre después del parto
- **Salud materna en general**
 - También se ha demostrado que amamantar reduce el riesgo del cáncer de seno y de ovarios, la alta presión y la diabetes



thewellproject

La lactancia: Retos

- **Transmisión**

- Un bebé nacido sin el VIH puede adquirir el virus de la leche de pecho
- Riesgo puede aumentar si al bebé se le da leche de pecho junto a otros tipos de alimentación, tal como la fórmula comercial o alimentos sólidos
 - Por eso la OMS recomienda que, por los primeros 6 meses de vida, a los bebés dentro de países limitados en recursos solamente se les dé leche de pecho

- **Dificultades al dar pecho**

- Varias madres, sin importar su estado del VIH, tienen dificultades para amamantar mientras trabajan fuera de la casa o al cuidar de otros niños y un hogar
- Encontrar el tiempo y el espacio para amamantar puede ser más difícil cuando a esto le agregan las citas médicas adicionales y los horarios de dosificación de medicamentos contra el VIH para la madre y el bebé



thewellproject

La lactancia: Retos

- **Consideraciones legales**

- En países donde las recomendaciones clínicas disuaden a las mujeres viviendo con el VIH de amamantar, una mujer que elija amamantar a su hijo puede ser obligada a enfrentarse a las autoridades de protección de niños o hasta recibir cargos criminales
- Las mujeres viviendo con VIH han enfrentado procedimientos penales por presunta exposición al VIH mediante el embarazo, el parto o la lactancia en varios países de altos ingresos, incluyendo EE. UU. (*Fuente: Red de Justicia para persona con el VIH*)

- **Divulgación**

- En comunidades donde todas las madres amamantan, elegir no hacerlo también le puede indicar a otras personas que la madre está viviendo con el VIH, aún si ella no ha divulgado su condición



thewellproject

La lactancia: Retos

- **Coerción familiar**
 - Las mujeres pueden enfrentarse a la presión familiar para que amamanten
 - Las mujeres han reportado que sus suegras las han presionado para amamantar
- **Falta de apoyo, en general, para amamantar**
 - En algunos países, se le hace difícil a las mujeres el amamantar, independientemente de su estado del VIH
 - Amamantar en lugares públicos puede ser estigmatizado
 - La expectativa es que nuevas madres regresen al trabajo fuera de casa rápidamente después del parto
 - Si "el pecho es mejor," ***las mujeres que amamantan tienen que recibir el apoyo que necesitan***, ya estén viviendo con el VIH o no



thewellproject

Lo esencial

- El proceso de decidir cómo alimentar a su bebé puede ser abrumador para los padres que viven con VIH
- Si decide amamantar o dar el pecho, es importante que tome sus medicamentos para el VIH, y que se mantenga al día con las visitas médicas y las pruebas de carga viral, exactamente como se lo ha prescrito y recomendado su proveedor
- También es muy importante encontrar una red de apoyo, incluyendo un proveedor, y otros aliados, en los que confíe y que puedan ser buenas fuentes de información sin juzgarle



thewellproject

¡Aprenda más!

- Para aprender más sobre este tema y para enlaces a artículos con más detalles, favor de leer la hoja informativa:
 - [¿Puedo dar pecho mientras vivo con VIH?](#)
- 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