



thewellproject

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

Actualizado: 31 de enero de 2023

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

#unamujeralavez

#thewellproject

www.thewellproject.org



thewellproject

La lactancia, dar 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* 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, dar pecho y el VIH

- En entornos de altos recursos (EE. UU., Canadá y Europa occidental, etc.) las guías sobre el VIH y la salud pública desaconsejan la lactancia entre las mujeres viviendo con VIH
- La información disponible ha sido, a menudo, confusa para quienes quieran explorar amamantar/dar pecho
- Existen importantes razones emocionales, culturales, familiares y de salud para considerar la lactancia/dar el pecho



thewellproject

La lactancia, dar pecho y el VIH

31 de enero de 2023: Cambio significativo en las Guías Clínicas Perinatales sobre el VIH de EE. UU. (informar a los profesionales de la salud específicamente sobre el embarazo, la atención infantil y el VIH).

- Actualizadas para:
 - Reflejar los conocimientos actuales sobre la baja probabilidad de transmisión del VIH a través de la leche de pecho
 - Hablar de los beneficios de la lactancia/dar el pecho
 - Fomentar la toma de decisiones informadas y compartidas sobre la lactancia para las mujeres y otros padres biológicos viviendo con VIH.

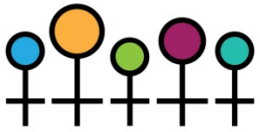


thewellproject

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 /dar pecho
- Tener información sobre diversas opciones puede prepararle para las conversaciones con su proveedor y ayudarle a tomar una decisión informada

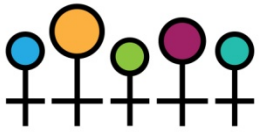




thewellproject

Dar pecho 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 pecho
- Asegúrese de que su bebé reciba sus dosis de medicamentos para el VIH
 - Si usted da el pecho, es posible que se prescriban medicamentos y análisis 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



thewellproject

Dar pecho con la mayor seguridad posible

- Encuentre personas que le ayuden a gestionar los factores de estrés
 - Cuidar a un bebé, sanar su propio cuerpo después del parto, dar pecho, 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 de su propia salud mientras esté dando pecho
 - Suficiente comida sana, agua limpia para beber, descansar



thewellproject

Otras opciones para la alimentación infantil

Fórmula Infantil

- Leche de vaca (o de cabra o soya) modificada para hacerla similar a la leche humana
- 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
- No procede de un ser humano, por lo que garantiza que no habrá riesgo alguno de transmisión del VIH



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 menudo por un costo) a bebés que, por cualquier razón, no pueden ser amamantados
- 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



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
- Desarrollado para personas en países con recursos limitados 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 usted elige dar pecho, 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 de la salud 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

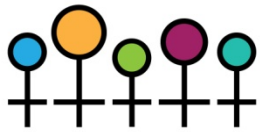


thewellproject

¿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