



PADRES

Alimentando a su bebé

Mientras que la gripe está circulando en la comunidad, los padres deben tomar precauciones adicionales para garantizar la seguridad de sus hijos, especialmente con bebés menores de seis meses de edad, que son demasiado jóvenes para ser vacunados contra gripe estacional, y los niños menores de cinco años de edad, que corren el mayor riesgo de desarrollar complicaciones por la gripe.

A los padres que están enfermos de gripe se les recomienda encontrar a alguien que no esté enfermo para alimentar a su bebé. Si no hay nadie más que pueda alimentar al bebé, a los padres se les recomienda utilizar una mascarilla en todo momento mientras alimentan o cuidan al bebé. El uso de una manta como barrera entre usted y el infante también puede ayudar. Los padres también deben ser proactivos y frecuentemente lavarse las manos con jabón y agua caliente, especialmente antes de tocar al bebé, antes de alimentar al bebé y después de toser, estornudar o cambiar un pañal.

A las madres lactantes se les recomienda extraer su leche materna y permitir que otra persona que no esté enferma alimente a su bebé. Idealmente los bebés menores a seis meses de edad deben recibir su alimentación de la leche materna. Si nadie está disponible para ayudar a la madre lactante enferma, se le recomienda usar una mascarilla y limitar su contacto cara a cara con su bebé mientras lo amamanta.

Las madres en lactancia que aun no se enferman, pero creen que han sido expuestas a la influenza H1N1 deben seguir lactando a su bebé. Las madres crean anticuerpos para luchar contra enfermedades a las que han sido expuestas, por lo que su leche materna está hecha a la medida para luchar contra las enfermedades a las que sus bebés están expuestos.

Ya que la H1N1 es un virus nuevo, no hay información suficiente todavía para saber cuánta protección ofrece la leche materna contra esta. Sin embargo, la leche materna ha demostrado ayudar a proteger a los bebés de otros virus de la influenza e infecciones así como reforzar su sistema inmunológico.

Si un bebé está enfermo de gripe, la lactancia materna es una de las mejores cosas que puede hacer una madre para el bebé. A las madres se les recomienda darles a sus bebés la mayor cantidad de oportunidades para amamantar a lo largo de la enfermedad, ya que los bebés que están enfermos necesitan más fluidos. La leche materna es mejor para el bebé que el agua, jugo o electrolito, porque mantiene al bebé hidratado y ayuda a proteger su sistema inmunológico. Si el bebé está demasiado enfermo como para amamantar, él puede beber leche materna extraída de una taza, botella, jeringa o cuentagotas.

Para obtener más información, póngase en contacto con el departamento de salud pública local o visite www.combatalagripe.com