

# ALIMENTACIÓN INFANTIL EN DESASTRES Y EMERGENCIAS

## *Lactancia y otras opciones*

### En caso de desastres naturales o emergencias de salud públicas

- Puede que no haya agua potable limpia ni un entorno estéril.
- Puede que resulte imposible garantizar la limpieza y la esterilización de los utensilios de alimentación.

### La comida más limpia y segura para un lactante, en caso de desastres o emergencias, es la leche humana.

- Es perfecta desde el punto de vista nutricional.
- Está disponible fácilmente sin depender de los suministros de alimentación.
- Protege contra enfermedades, especialmente la diarrea y las infecciones respiratorias.
- Aumenta la respuesta inmunitaria del lactante.
- Tiene la temperatura ideal y ayuda a prevenir la hipotermia.
- La liberación hormonal durante la lactancia ayuda a la madre a aliviar estrés y ansiedad.

### Desventajas del uso de fórmula durante desastres o emergencias

- Es posible que no estén disponibles los suministros de fórmula.
- La fórmula podría contaminarse si se prepara con agua sucia o se conserva en envases no esterilizados, o si no hay un refrigerador disponible para guardarla.
- Pueden producirse errores en la preparación de la fórmula.

### Los pediatras pueden tomar medidas para apoyar la lactancia durante un desastre o una emergencia.

1. Mantenga a las familias juntas.
2. Cree un refugio seguro para las madres embarazadas y en periodo de lactancia. Estos refugios deben proporcionar seguridad, asesoramiento, agua y alimentos. Los pediatras pueden contribuir utilizando oficinas, hospitales u otros albergues.
3. Asegure a las madres que la leche humana puede aportar una nutrición significativa en caso de que falten alimentos complementarios seguros durante el primer año después del nacimiento y los años posteriores.
4. Ayude a las madres recientes a comenzar con la lactancia a la hora de haberse producido el nacimiento, promueva la lactancia exclusiva durante unos 6 meses, y fomente la lactancia durante, al menos, 1 año o más.
5. Fomente las conversaciones con los familiares antes del destete en situaciones de emergencias.
6. Proporcione apoyo para la lactancia mediante la evaluación de la hidratación del niño y de la madre y el estado nutricional. Si el resultado es anormal, aumente la frecuencia de la lactancia para el niño y el apoyo nutricional de la madre. Se deben proporcionar alimentos adicionales para todas las mujeres embarazadas y en periodo de lactancia.
7. En situaciones en las que no se dispone de leche materna, la mejor opción es la leche humana pasteurizada de donante. Si bien es preferible la leche pasteurizada de donante de un banco de leche regulado, a menudo no está disponible durante un desastre. Si se administra fórmula, recomiende la fórmula estándar lista para usar. Utilice fórmulas concentradas o en polvo solo si se garantiza un suministro de agua seguro.



8. Defienda las opciones óptimas de alimentación para los bebés huérfanos, incluida la leche humana de donante.
9. Las mujeres en periodo de lactancia pueden inmunizarse según lo recomendado para adultos y adolescentes.
10. En el caso de una pandemia, se debe consultar la guía más reciente de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) o de la Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics, AAP) sobre la lactancia.
11. Si la exposición a la radiación es una preocupación
  - a. Cuando el riesgo de exposición al yodo radioactivo sea temporal, las madres pueden seguir amamantando si se les administra yoduro de potasio (KI) a ellas y al lactante en el plazo de 4 horas desde la contaminación.
  - b. Se debe dar prioridad a la madre y al lactante a la hora de recibir medidas de protección como la evacuación.
  - c. Las madres deben considerar la interrupción temporal de la lactancia y usar leche extraída desde antes de la exposición, o bien leche de fórmula lista para usar hasta que la madre y el niño puedan tratarse con KI. La fórmula en polvo o concentrada solo debe utilizarse si el agua está libre de radiación.
  - d. Si no se dispone de otra fuente de alimento para el niño, la madre debe continuar amamantando después de lavar el pezón y la mama con agua tibia y jabón, y limpiar suavemente alrededor de la boca del niño.
  - e. La lactancia puede reanudarse cuando lo aconsejen los funcionarios sanitarios locales o cuando la madre y el niño hayan sido evacuados a un entorno libre de exposición a la radiación.
12. Consulte <https://www.cdc.gov/spanish/> para obtener más información sobre las precauciones para las mujeres en periodo de lactancia con respecto a enfermedades específicas, inmunizaciones y tratamientos, y consulte LactMed (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501922> [en inglés]) para obtener información sobre medicamentos y lactancia. Es importante tranquilizar a las madres e informarles que la mayoría de los medicamentos son compatibles con la lactancia, incluidos los antibióticos.
13. Defienda la promoción, la protección y el apoyo de la lactancia con agencias y trabajadores de socorro. Las prácticas y los recursos de alimentación para lactantes deben evaluarse, coordinarse y controlarse continuamente.



## ESTRATEGIA CLAVE: AUMENTAR LA TASA ACTUAL DE LACTANCIA EN LOS ESTADOS UNIDOS ES FUNDAMENTAL PARA OPTIMIZAR LA NUTRICIÓN INFANTIL CUANDO OCURRA UN DESASTRE.

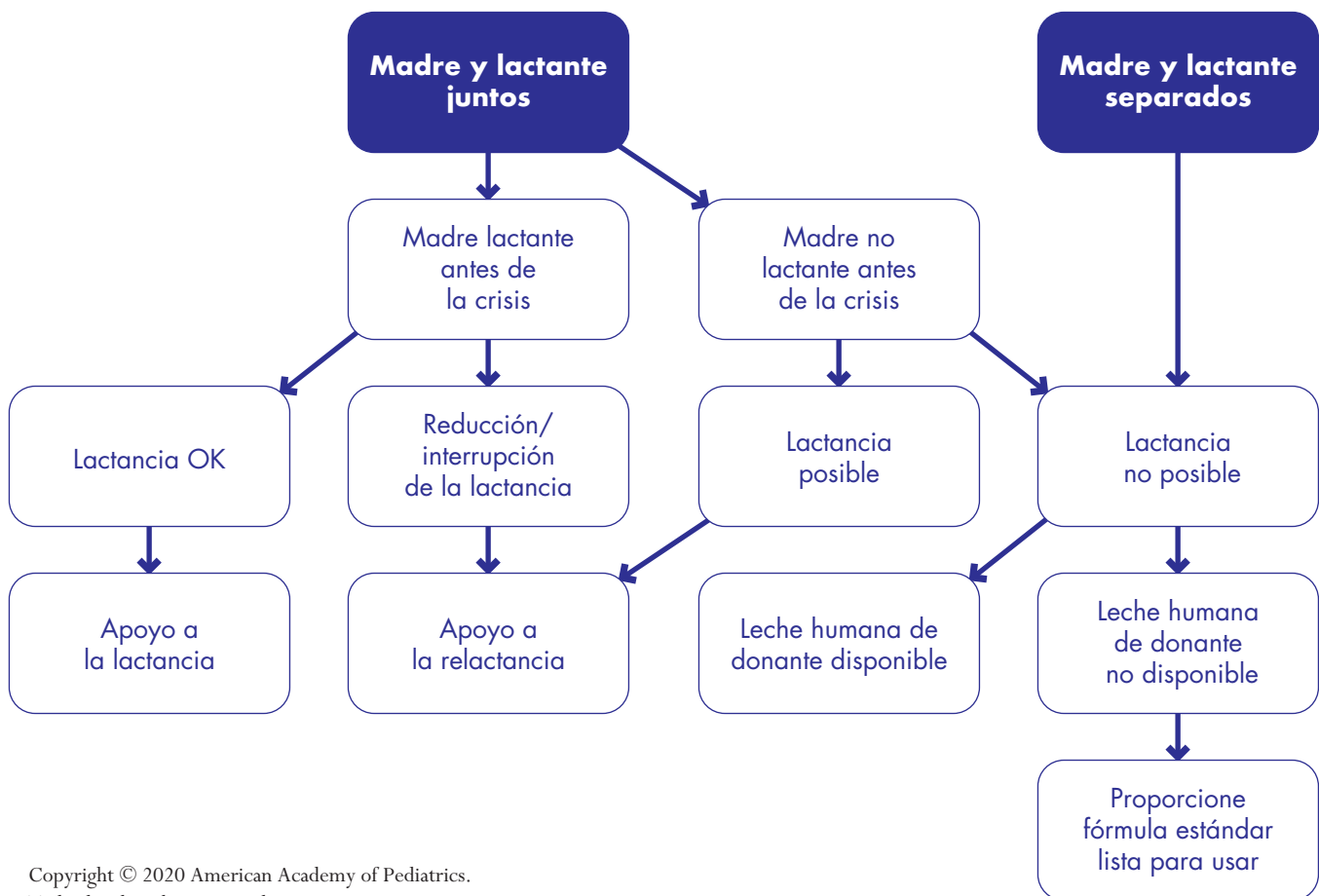
### Datos sobre la lactancia

1. Las madres continúan amamantando en momentos de estrés físico y emocional, pero necesitarán apoyo.
2. Las mujeres malnutridas y con enfermedades pueden amamantar.
3. El suministro óptimo de leche humana depende de cuánto demande el niño.
4. En algunas madres y bebés, una vez que se interrumpe la lactancia, se puede reanudar con éxito.
  - a. Fomente el contacto piel a piel y la lactancia frecuente (cada 2 horas).

- b. El suministro aumenta gradualmente a lo largo de los días o las semanas, y el suplemento debería reducirse en consecuencia.
- c. Es fundamental realizar una evaluación cuidadosa del estado nutricional y de hidratación del niño.
- d. El suministro total de leche se establece con más rapidez mientras más pequeño es el niño.
- e. Las madres necesitan que les den aliento durante este proceso.

Para obtener más información sobre la alimentación infantil durante un desastre y la técnica de relactancia, visite la Red de Nutrición de Emergencia (Emergency Nutrition Network, ENN) en [www.enonline.net](http://www.enonline.net) (español).

## ALIMENTACIÓN INFANTIL EN DESASTRES Y EMERGENCIAS



Copyright © 2020 American Academy of Pediatrics.  
Todos los derechos reservados.

Las recomendaciones de esta publicación no indican un tratamiento exclusivo ni constituyen un tratamiento médico estándar. Pueden ser apropiadas las variaciones, teniendo en cuenta las circunstancias individuales.

Para obtener más información, llame o envíe un correo electrónico a las Iniciativas para la Lactancia de la Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics) al 800/433-9016 o en [lactation@aap.org](mailto:lactation@aap.org).

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

