

CÓMO AMAMANTAR A SU BEBÉ SI USTED TIENE COVID-19

Según las investigaciones, es poco probable que se transmita COVID-19 a los bebés por medio del amamantamiento, ya que la leche de pecho protege a los bebés de muchas enfermedades.

SI USTED TIENE COVID-19 Y DESEA AMAMANTAR A SU BEBÉ, USTED DEBE:

- Lavarse las manos con jabón y agua por 20 segundos o con gel antibacterial para manos a base alcohol antes y después de tocar al bebé.
- Extraer la leche de pecho para que una persona en su hogar que no esté enferma se la dé al bebé en un biberón.
- Esterilizar el biberón y las piezas del extractor de leche después de cada uso.
- Limpiar y desinfectar las superficies regularmente.
- Usar cubrebocas cuando amamante al bebé o cuando esté a 2 metros de distancia del bebé.
- NO poner cubrebocas al bebé.



BENEFICIOS DEL AMAMANTAMIENTO DURANTE LA PANDEMIA:



Los bebés amamantados tienen menos probabilidades de tener síntomas respiratorios graves porque la leche de pecho los protege de muchas infecciones.

El amamantamiento es bueno para la persona lactante ya que las hormonas liberadas en el cuerpo promueven el bienestar y pueden aliviar el estrés y la ansiedad.

SI SE ENFERMA DE COVID-19, TIENE QUE RECUPERARSE ANTES DE PODER VACUNARSE. PUEDE CONTINUAR AMAMANTADO DESPUÉS DE RECIBIR LA PRIMERA O SEGUNDA VACUNA CONTRA EL COVID-19.

¿Es usted un trabajador agrícola en los Estados Unidos y quiere saber dónde puede vacunarse?

Hable con su proveedor de servicios de salud o llame a la línea Una Voz Para la Salud.

Este programa también puede conectarle con servicios de salud para toda la familia:

1-800-377-9968 o envíenos un mensaje por Whatsapp: **(737) 414-5121** 

El Centro Nacional para la Salud del Trabajador Agrícola
www.ncfh.org

Este programa está apoyado por los Centros de Prevención y Control de Enfermedades (CDC) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) como parte de una beca de \$7,772,207 con 100% dado por CDC/HHS. Los contenidos son de los autores y no necesariamente representan las opiniones oficiales ni un respaldo del CDC/HHS o el gobierno de los E.E.U.U.