



Cuidando de tu bebé: Vinculándote mientras lo alimentas con biberón

Ideas para las madres que viven con VIH en los Estados Unidos

¿Puedo dar de lactar a mi bebé?

La Organización Mundial de la Salud y el Centro para el Control de Enfermedades recomiendan que las mujeres viviendo con VIH que residen en los Estados Unidos no den de lactar a sus bebés (amamantar) para prevenir la transmisión del VIH.

“Cuando la alimentación de reemplazo es aceptable, factible, accesible, sustentable y segura, se recomienda que una madre infectada con VIH evite dar de lactar a su bebé”. OMS 2007

¿Cómo le doy el biberón a mi bebé?

- Considere el uso de leche materna pasteurizada donada de un banco de leche para alimentar a su bebé.
- Converse con su médico obstetra o su proveedor de salud sobre qué tipo de fórmula está disponible para su bebé.
- Escoja una fórmula que esté fortificada con hierro para prevenir la anemia.
- Siga las instrucciones que vienen a los lados en el paquete de la fórmula. Necesitará mezclar las cucharadas de la fórmula en polvo con agua en biberones limpios.

¿Qué significa generar lazos?

Generar lazos hace referencia a la **conexión emocional** que una madre establece con su bebé. El “lazo” es la relación que la madre y el bebé establecen el uno con el otro. El lazo la ayuda a sentirse conectada a su bebé y hace que el bebé se siente seguro. Usted puede generar lazos con su bebé a pesar de no darle de lactar.

¿Cómo puedo generar lazos con mi bebé?

- **Piel-con-piel:** Cuando esté dando el biberón al bebé, sáquele la ropa hasta la altura de los pañales y póngalo contra su piel sobre su pecho y cúbralo con una manta y mírelo a los ojos. Esto ayuda a generar lazos porque:
 - el bebé se mantiene caliente
 - el bebé está calmado, llora menos
 - los latidos del bebé y su respiración se mantendrán estables
 - más cariño
- **Co-habitando:** La co-habitación la circunstancia en la que la mamá y el bebé están en la misma habitación juntos. Empieza inmediatamente después del nacimiento. Cuando las mamás están con sus bebés todo el tiempo después de las primeras horas y días de vida, ambos establecen un vínculo. Esto ayuda a que la madre entienda las señales que hace el bebé.
- **Sepa qué es lo que tu bebé desea y cuándo:**
 - Cuando el bebé pone su mano en su boca, lame sus labios o voltea su cabeza a un lado y abre su boca, significa que probablemente tiene hambre.
 - Cuando el bebé está fastidiado pero ya ha comido, revísele su pañal.
 - Cuando el bebé llora podría ser que tan sólo quiere que lo carguen; levante al bebé, cántele, abrácelo y cálmelo.
- **Abrace al bebé cerca:** El bebé la reconocerá, sentirá su olor e identificará su voz desde cuando estaba en su vientre.
- **Ríase y juegue con su bebé:** Jugar con su bebé lo ayudará a generar lazos y aprender más acerca de su bebé.
- **Estoy engreñido a mi bebé?** No! Muchas madres se preguntan si pueden engreñir a sus bebés cargándolos cuando están llorando. La verdad es que escuchar a su bebé y cargarlo cuando llora ayuda a la mamá y al bebé a establecer un vínculo. Esto hace que el bebé se sienta seguro. Esto significa que el bebé confía en que usted lo cuidará y que está atento a sus necesidades.



Crédito de Foto: [Huffington Post](#)



Recursos y más información:

- **HIVE– Un espacio positivo de salud sexual y reproductiva**
<http://www.hiveonline.org/> 415-206-8919
- **El Well Project**
<http://www.thewellproject.org/>
- **WORLD – Información & Apoyo a Mujeres Viviendo con VIH**
www.womenhiv.org 510-986-0340
- **Project Inform- Línea Nacional de Información sobre Tratamiento de VIH/SIDA**
<http://www.projectinform.org/> 800-822-7422
- **Asociación de Bancos de Leche Humana de Norteamérica**
www.hmbana.org 919-861-4530
- **Banco Nacional de Leche**
www.nationalmilkbank.org 866-522-MILK
- **WIC**
<http://www.fns.usda.gov/wic/women-infants-and-children-wic>
- **Base de Datos de Fórmulas para Infantes de WIC**
<http://wicworks.nal.usda.gov/wic-formula>
- **Departamento de Agricultura de los Estados Unidos sobre Fórmulas para Infantes**
<http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/GuidanceDocumentsRegulatoryInformation/InfantFormula/default.htm>
- **Centro para el Control y Prevención de Enfermedades, Temas sobre VIH Perinatal**
<http://www.cdc.gov/hiv/risk/gender/pregnantwomen/>



Photo Credit: Huffington Post

Referencias:

- Mori, R, Khanna, R, Pledge, D, et al. (2009). A meta-analysis of physiological effects by skin-to-skin contact for newborns and mothers. *Pediatrics international*,
- Moore, E R, Anderson, G C, & Bergman, N. (2007). Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. *The Cochrane database of systematic reviews*, (3), CD003519-
- Karil, D., Beal, J. (20) Reconceptualizing the Nurse's Role in the Newborn Perian "Attacher". *Maternal and Child Nursing*, 31(4): 257-262.



Crédito de Foto: <http://www.wikihow.com/Make-Powdered-Baby-Formula>



¿Preguntas?

Para mayor información, visite

www.hiveonline.org