



PREPARADO ANTE DESASTRES

## HOJA DE PREGUNTAS FRECUENTES: LA LACTANCIA MATERNA EQUIVALE A ESTAR PREPARADOS ANTE DESASTRES



### ¿De qué forma la lactancia materna salva vidas y evita las enfermedades durante una emergencia?

La lactancia materna protege a los bebés de los riesgos de que haya un suministro de agua contaminado. La lactancia materna proporciona protección contra enfermedades respiratorias y diarrea, enfermedades que pueden ser fatales durante un desastre. La leche materna está lista inmediatamente y proporciona toda la nutrición necesaria para bebés y niños pequeños.



### ¿Las madres siguen amamantando cuando están estresadas o en circunstancias difíciles?

Sí, las madres siguen amamantando en momentos de tensión física y emocional, y la lactancia materna libera oxitocina, que es una hormona que puede ayudar a producir un efecto de calma en la madre y el bebé. La lactancia materna frecuente y exclusiva ayuda a garantizar que la madre mantenga su suministro de leche y que los bebés reciban la nutrición adecuada.



### ¿Pueden amamantar las mujeres que no estén bien nutridas?

Sí, las mujeres que no están bien nutridas y las mujeres con enfermedades médicas pueden amamantar. Es más seguro, más sencillo y menos costoso darle a la madre más comida que exponer al bebé a los riesgos de que consuman la leche de fórmula para bebés.



### ¿Qué necesitan las madres para amamantar a sus hijos de forma exitosa durante una emergencia?

Las madres necesitan un espacio seguro y limpio para amamantar. No se necesita ningún otro elemento para amamantar.



### ¿Cómo puede respaldar la lactancia materna durante una emergencia?

Las personas que intervengan pueden proporcionar apoyo a la lactancia con base en evidencia, y alentar a las madres a amamantar con frecuencia y de forma exclusiva para mantener el suministro de leche y proporcionar una nutrición óptima para el bebé durante una emergencia.



### ¿La leche de fórmula para bebés es necesaria durante una emergencia?

No, la leche de fórmula para bebés no es necesaria en una emergencia y debilita el éxito de la lactancia materna, y pone a los bebés y a los niños en un riesgo grave de enfermedades, desnutrición y muerte. Las donaciones de leche de fórmula para bebés suponen un riesgo directo para la salud ya que no puede garantizarse que se consiga la leche de fórmula para bebés durante una emergencia, con base en suministros de agua contaminada y desorganización en el suministro de alimentos. Las madres que amamantan necesitan recibir apoyo y educación, y no leche de fórmula para bebés durante una emergencia.

# MIBFN

Michigan Breastfeeding Network

CONOZCA MÁS

[www.mibreastfeeding.org](http://www.mibreastfeeding.org)

