LACTÀNCIA MATERNA
medicació i altres substàncies



Lactància materna I MEDICACIÓ: què cal saber?

La majoria de medicaments passen a la llet materna amb quantitats molt petites.
Generalment són compatibles :

- Paracetamol
- Ibuprofèn
- Antibiòtics habituals prescrits per professionals sanitaris
- Antihistamínics específics
- Molts tractaments per a malalties cròniques.



NO INTERROMPIS LA LACTÀNCIA SENSE CONSULTAR ABANS AMB UN PROFESSIONAL DE LA SALUT

ALCOHOL
NO EXISTEIX UNA QUANTITAT SEGURA DURANT LA LACTÀNCIA

TABAC
ÉS PERJUDICIAL PER A LA MARE I EL NADÓ

MISSATGE CLAU
La millor opció durant la lactància és evitar l'alcohol i el tabac.

Si tens dubtes sobre medicaments o altres substàncies, consulta sempre amb professionals sanitaris i fonts fiables com www.e-lactancia.org.

LACTANCIA MATERNA
medicación y otras sustancias



Lactancia materna y MEDICACIÓN: ¿qué debemos saber?

La mayoría de los medicamentos pasan a la leche materna en cantidades muy pequeñas.
Generalmente son compatibles:

- Paracetamol
- Ibuprofeno
- Antibióticos habituales prescritos por profesionales sanitarios
- Antihistamínicos específicos
- Muchos tratamientos para enfermedades crónicas.



NO INTERRUMPAS LA LACTANCIA SIN CONSULTAR ANTES CON UN PROFESIONAL DE LA SALUD

ALCOHOL
NO EXISTE UNA CANTIDAD SEGURA DURANTE LA LACTANCIA

TABACO
ES PERJUDICIAL PARA LA MADRE Y EL BEBÉ

MENSAJE CLAVE
La mejor opción durante la lactancia es evitar el alcohol y el tabaco.

Si tienes dudas sobre medicamentos u otras sustancias, consulta siempre con profesionales sanitarios y fuentes fiables como www.e-lactancia.org.

EINA salut per a famílies

LACTÀNCIA MATERNA DESLLETAMENT

(Recomanacions basades en el Document
https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding



L'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana la lactància materna exclusiva durant els primers sis mesos de vida i el seu manteniment, al costat de l'alimentació complementària, fins als 2 anys. No obstant això, l'alletament és un acte personal i exclusiu entre una mare i un infant, per la qual cosa la durada final serà la que tots dos desitgin.



Arribat el moment del deslletament aquest s'ha de fer de manera delicada i gradual, reduint a poc a poc el nombre de preses, posposant la presa o bé oferint el pit amb condicions, i sempre proporcionar un altre tipus de consol. És important que el nen rebi moltes mostres d'afecte durant aquest període de deslletament

Habitualment, es pot començar a eliminar una presa cada tres o quatre dies observant com se senten tant la mare com el nadó.
Si apareix congestió mamària, l'aplicació de fred local i l'extracció manual d'una petita quantitat de llet poden ajudar a alleujar el malestar.

El més important és que el procés sigui progressiu i respectuós amb les necessitats de la família

LACTANCIA MATERNA: DESTETE



(Recomedaciones basadas en el Documento
https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y su mantenimiento, junto a la alimentación complementaria, hasta los 2 años. No obstante, la lactancia es un acto personal y exclusivo entre una madre y un bebé, por lo que la duración final será la que ambos deseen.



Llegado el momento del destete, este se ha de hacer de manera delicada y gradual, reduciendo lentamente el número de tomas, posponiendo la toma o bien ofreciendo el pecho con condiciones, y siempre proporcionando otro tipo de consuelo. Es importante que el bebé reciba muchas muestras de cariño durante este período de destete.

Habitualmente, se puede empezar a eliminar una toma cada tres o cuatro días, observando cómo se sienten tanto la madre como el bebé.
Si aparece congestión mamária, la aplicación de frío local y la extracción manual de una pequeña cantidad de leche pueden ayudar a aligerar el malestar.

Lo más importante es que el proceso sea progresivo y respetuoso con las necesidades de la família.