

PROBLEMAS MÉDICOS ASOCIADOS CON LA LACTANCIA

Existen pocos problemas médicos que pueden prevenir que una madre pueda amamantar a su bebé. El amamantar a su bebé ofrece muchos beneficios. Se han hecho estudios que demuestran que amamantar al bebé y/o extraerse la leche del pecho puede reducir los síntomas de ciertos problemas médicos. Las mamás con sobrepeso corren mayor riesgo de tener ciertos problemas médicos, por ejemplo:

- Presión arterial alta
- Diabetes
- Complicaciones después de la cesárea
- Diabetes gestacional (diabetes durante el embarazo)
- Anemia (cuando su sangre no tiene suficientes glóbulos rojos)

PRESIÓN ARTERIAL ALTA: Usted puede amamantar a su bebé aunque tenga la presión arterial alta. La lactancia puede ayudarle a perder peso, y la pérdida de peso a su vez le puede ayudar a mejorar su presión arterial. Si tienen que tomar medicamentos para controlar su presión arterial, asegúrese de decirle a su médico que está amamantando a su bebé. Su doctor le recitará medicamentos que se pueden usar mientras que amamanta. Consulte a su médico para obtener información.

CONSEJO DE LA SEMANA

- Existen pocos problemas médicos que previenen que una mamá pueda amamantar a su bebé.
- Continúe amamantando a su bebé. La leche materna es el alimento más saludable que le puede dar a su bebé.
- Siempre siga las indicaciones de su doctor al pie de la letra cuando tenga un problema médico.

DIABETES: Usted puede seguir amamantando su bebé aún si tiene diabetes. Continúe visitando a su médico para recibir el tratamiento adecuado para la diabetes, el cual puede incluir una dieta especial y medicamentos. Su doctor decidirá lo que es mejor para usted. Recuérdele a su doctor que está amamantando a su bebé si le receta algún medicamento. Para muchas mujeres con sobrepeso, sobre todo aquellas que tienen diabetes, la bajada de leche puede tardar más.

Hay varias cosas que puede hacer que le ayudarán con la bajada de leche:

- Ponga su piel en contacto directo con la piel del bebé
- Extraiga calostro de su pecho hasta que aumente la cantidad de leche
- Duerma y descanse lo más que pueda
- Contacte a su médico si necesita ayuda para controlar su diabetes cuando está amamantando a su bebé.

ANEMIA (cuando su sangre no tiene suficientes glóbulos rojos): Algunas mujeres se vuelven anémicas durante el embarazo. Los síntomas de la anemia pueden incluir dolores de cabeza, mareos, y el cansancio extremo. Si se siente débil, procure no cargar su bebé cuando se encuentre sola. Si tiene anemia, puede continuar amamantando a su bebé. Su médico le puede ayudar a controlar su anemia. Es posible que le recomiende tomar suplementos de hierro. Consulte con su doctor antes de empezar a tomar suplementos de hierro. Toda madre que esté amamantando a su bebé debe incluir hierro en su dieta. Consulte el módulo sobre El Hierro Después del Embarazo para obtener mayor información acerca de los alimentos que contienen hierro y así poder controlar la anemia.

COÁGULOS DE SANGRE: Es más probable para una mujer con sobrepeso tener un parto por cesárea, y el riesgo de tener coágulos de sangre después de una cirugía también es mayor para las mujeres con sobrepeso. Se han hecho estudios que demuestran que el riesgo de tener coágulos de sangre continúa siendo elevado por lo menos 12 semanas después del parto.

DEPRESIÓN: La depresión puede afectar a cualquier madre después del parto. Las mujeres con sobrepeso tienden a tener porcentajes más altos de depresión y ansiedad. Estos problemas de salud mental pueden causar que sea más difícil amamantar a su bebé. Recuerde, usted no está sola. Hable con su médico o busque la ayuda de su equipo de apoyo SOS.

Ciertas condiciones médicas no impedirán que usted amamante a su bebé. Siempre continúe con su tratamiento si tiene alguna condición médica. Recuerde que La Ley de Cuidado de Salud a Bajo Precio (ACA por sus siglas en inglés) requiere que la mayoría de los seguros médicos le proporcionen equipo y asesoría en lactancia a las mujeres embarazadas o que están amamantando a su bebé. Es posible que usted sea elegible para recibir una bomba para extraer leche o consultas con una asesora en lactancia a través de su seguro médico, a través del programa WIC, o través de Medi-Cal. Consulte a su seguro médico para averiguar qué beneficios le corresponden para ayudarle durante la lactancia.

RECURSOS:

RAZONES MÉDICAS PARA NO AMAMANTAR

bebesymas.com/lactancia/razones-medicas-para-no-amamantar-ii

CUÁNDO NO SE DEBE AMAMANTAR

womenshealth.gov/espanol/la-lactancia/cuando-no-se-debe-amamantar/

CUÁNDO NO AMAMANTAR

<https://www.todopapas.com/bebe/lactancia/cuando-no-se-debe-amamantar-3292>

VIDEOS:

youtube.com/watch?v=YfluekrSoo0

youtube.com/watch?v=-RRuA7brKgY

youtube.com/watch?v=_blxaXYxE1g

BLOGS:

¿PUEDO AMAMANTAR SI ESTOY ENFERMA?

espanol.babycenter.com/x25006607/puedo-amamantar-si-estoy-enferma

CUANDO MAMÁ ESTÁ ENFERMA

albalactanciamaterna.org/lactancia/tema-5-situaciones-especiales/cuando-mama-esta-enferma/

TABLA DE INTERACCIÓN DE LA LECHE MATERNA CON ALIMENTOS

<http://espanol.babycenter.com/a9000188/tabla-de-interacci%C3%B3n-de-la-leche-materna-con-alimentos#ixzz4QCKfLZv6>

espanol.babycenter.com/a9000188/tabla-de-interacci%C3%B3n-de-la-leche-materna-con-alimentos