

Amamantando y COVID-19

Evidencia actual sugiere que es poco probable que la leche materna transmita el virus a los bebés



Se recomienda la vacunación contra el COVID-19 para las personas embarazadas que amamantan o intentan quedar embarazadas.

Además, se alienta a todas las personas elegibles, incluidas las que están embarazadas, amamantando o tratando de quedar embarazadas, **son animadas a garrar el Booster también**

Por Favor lávese siempre las manos con agua y jabón durante 20 segundos antes de amamantar o extraerse la leche materna, incluso si no tiene COVID-19.

Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante de manos con al menos 60% de alcohol

Si tienes COVID-19 y eliges amamantar

- Lavarse las manos antes de amamantar.
- Use una N95, KN95, o KF94 máscara mientras amamanta y siempre que esté a menos de 6 pies de su bebé

Si tienes COVID-19 y elige extraer leche materna

- Use su propio extractor de leche/accesorios que no se comparten con otros.
- use una máscara de N95, KN95, or a KF94 mientras extrae la leche materna
- Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos antes de tocar cualquier extractor o pieza del modelo, y antes de extraerse la leche materna
- Siga las recomendaciones para la limpieza adecuada de la bomba después de cada uso. Limpie todas las partes de bomba.



Considere tener un cuidador completamente vacunado que alimente al bebé con la leche manterna extraída



Las personas que han estado en contacto cercano con alguien con COVID-19 deben hacerse la prueba para detectar una infección

Los cuidadores completamente vacunados deben considerar usar una máscara N95, KN95, o KF94 mientras alimentan al bebé

- Las personas completamente vacunadas **deben ser tratadas entre 5-7 días después** de su última exposición
- Las personas que **no están completamente vacunadas deben hacerse la prueba inmediatamente** cuando se enteran de que han estado expuestas. Si los resultados de la prueba son negativos deben volver a hacerse la prueba 5-7 días después de su última exposición, o inmediatamente si se desarrollan síntomas
- Las autopruebas son una de varias opciones para COVID-19
- Pregúntele a su proveedor de atención médica o al departamento de salud local si necesita ayuda para interpretar los resultados de su prueba

**Vesita myturn.ca.gov
Para encontrar un
ambulatorio o hacer
una cita para su
vacunación contra el
COVID-19**

