

Navegando la escasez de fórmula

(En espera o recientemente dio a luz)

El nacimiento de un nuevo bebé es una transición mayor. Los padres a menudo tienen muchas emociones. Los recientes retiros y la escasez de fórmula para bebés han llevado a sentimientos de ansiedad para muchas familias. Sin embargo, tiene algunas opciones seguras.

¿Sabía qué?

- La Academia Americana de Pediatría cree que la lactancia materna es la mejor fuente de nutrición durante el primer año.
- La leche materna naturalmente satisface las necesidades de su bebé. Tiene todos los nutrientes necesarios y ayuda a construir y apoyar el sistema inmunológico de su bebé.

Lactancia

Usted puede:

- Alimentar a su recién nacido dándole pecho
- Extraer leche de sus senos y alimentar a su recién nacido usando un biberón

Los consultores de lactancia del University of Iowa Health Care le ayudarán durante su camino: antes de dar a luz, durante su estadía en el hospital y después de irse a casa. Llame al **319-356-2294** para programar una cita en persona o de telemedicina.

Si usa WIC, llame a la oficina local para obtener otro apoyo para la lactancia materna.

Extractores de leche

La mayoría de los seguros cubren la compra de un extractor de leche, incluyendo el Medicaid. Llame a su compañía de seguros para saber cómo comprar uno. Si da a luz en la University of Iowa Health Care, un extractor de leche estará disponible durante su estadía.

Relactancia

Esto significa restablecer la leche materna después de que se detuvo por algún tiempo.

- A veces puede volver a amamantar o producir leche después de dejar de hacerlo.
- Funciona si dio a luz en los últimos 3 meses o si su suministro de leche ha sido bajo.
- Sin embargo, es posible que no pueda amamantar solamente. Es posible que no pueda producir el volumen de leche anterior.

Navegando la escasez de fórmula

(Mi bebé está recibiendo fórmula)

Leche de donante

La leche pasteurizada de una donante se puede comprar en un banco de leche acreditado.

- El costo varía. Consulte con su banco de leche local.
- Dirección del Mother's Milk Bank of Iowa es 119 2nd St., Suite 400 Coralville, IA 52241.
- Llame al 1-877-891-5347 o vaya a uichildrens.org/mothers-milk-bank-iowa para obtener más información.

¿Está pensando en usar la leche materna de una amiga o familiar?

En caso de que si, piense en la seguridad de su bebé. Piense en los riesgos y beneficios.

¿Es seguro comprar leche materna a través del Internet o de alguien que no conoce bien?

No. La Academia de Medicina de la Lactancia Materna desanima hacer esto. No se sabe quién son los donantes y no se les puede examinar médicamente. La **Asociación de Bancos de Leche Humana de América del Norte** acredita a los bancos de leche sin fines de lucro. Esto incluye el banco en Coralville, Iowa. Establece pautas para la leche humana de donante pasteurizada.

Preguntas y respuestas comunes

La siguiente información es **solo para necesidades urgentes**. Hable con el médico de su bebé si le preocupa la nutrición de su bebé.

¿Qué pasa si la fórmula para bebés está agotada en todas partes?

- Coloque solo la cantidad de fórmula o leche que su bebé comerá en el biberón. Esto limitará el desperdicio.
- Pruebe tiendas más pequeñas, farmacias y minoristas en línea.
- No importe fórmula del extranjero. No está revisada por la FDA.
- Está bien cambiar las fórmulas para la mayoría de los bebés. Hable con el médico de su bebé sobre otras fórmulas especializadas.
- Si usa WIC, llame a su oficina local de WIC. Pueden ayudarle con otras marcas que están cubiertas.
- Hable con el médico de su bebé sobre cuándo puede comenzar a alimentarle con alimentos sólidos.

¿Está bien ponerle más agua en la mezcla de fórmula para bebés?

No. Diluir la fórmula causa desequilibrios nutricionales. Esto puede conducir a problemas de salud graves. Siempre mezcle la fórmula según las indicaciones del fabricante.

¿Puedo hacer mi propia fórmula para bebés?

No. La Academia Americana de Pediatría desaconseja fuertemente la producción de fórmula casera. No es segura. No satisface las necesidades nutricionales de su bebé. Se han relacionado muertes con el uso de fórmulas caseras.

¿Se puede usar fórmula para niños pequeños en lugar de fórmula para bebés?

Las fórmulas para niños pequeños no deben usarse para los bebés. Si no tiene otra opción, puede usarla de forma segura solo durante unos días para los bebés que están cerca de 1 año.

¿Es segura la leche entera con vitamina D (leche de animales)?

- Hable con el médico de su bebé **antes** de darle leche de vaca. Esto puede ser seguro por un corto tiempo si su bebé tiene 6 meses de edad.
- La leche de otros animales, como las cabras, no debe darse a su bebé.

¿Puedo usar leche de origen vegetal (de soya, o almendras) en lugar de fórmula para bebés?

No. Estas no se recomiendan para bebés menores de 1 año. No deben usarse para bebés con ciertas condiciones de salud que necesitan fórmulas especiales.

Para obtener más información, vaya a:

- [HealthyChildren.org](https://www.healthychildren.org)
 - [Con la escasez de fórmula para bebés, ¿qué debo hacer si no puedo encontrar ninguna?](#)
- [uslca.org](https://www.uslca.org)
 - [Navegando la escasez de fórmulas en los Estados Unidos.pdf](#)
- [bfmed.org](https://www.bfmed.org)
 - [Declaración de la ABM sobre la escasez de sustitutos de la leche materna](#)