



# Proteja a su recién nacido durante la pandemia de COVID-19



## ¿Cómo protejo a mi bebé del COVID-19 cuando llegue a casa?

Todos los cuidadores y hermanos deben lavarse las manos con agua y jabón por lo menos durante 20 segundos, antes de cargar o tocar al bebé. Use desinfectante de manos con al menos 60% de alcohol, si no tuviera agua y jabón disponibles. Para reducir el riesgo de contagiarse y propagar la enfermedad, limpie frecuentemente las superficies de alto contacto, como las perillas o manijas de las puertas.

Su bebé sólo debe estar con las personas que viven en la misma casa y que no tienen síntomas de resfriado, gripe/influenza o COVID-19.

## ¿Cómo protejo a mi bebé si alguien en casa tiene COVID-19?

Cualquier persona con COVID-19 o con síntomas debería permanecer al menos a 6 pies de distancia de su bebé, cuando sea posible. Debe usar mascarilla facial y lavarse las manos, si es que están a cargo del cuidado del bebé. Contáctese con el pediatra para evaluar cuándo ya no será necesario el distanciamiento y el uso de la mascarilla.

## ¿Debería invitar a la familia y amigos a casa para conocer a mi bebé?

Recuerde que las personas pueden tener COVID-19 y ser asintomáticos, y pueden contagiar durante varios días antes de experimentar síntomas. La distancia social continúa siendo la mejor estrategia para mantener seguro a su bebé. Use las redes sociales o aplicaciones como FaceTime, Skype y Zoom para presentar a su bebé a los amigos y familiares que no vivan con usted.

## ¿Debería llevar al bebé a lugares públicos?

En general, evite llevar al bebé a lugares públicos para evitar exponerlo al virus. Aproveche las compras en línea y entrega de comestibles a su domicilio.

Sin embargo, es importante llevarlo a sus chequeos médicos usuales para asegurarse que el desarrollo de su bebé vaya por buen camino, conversar sobre su nutrición y comportamiento y para recibir las vacunas que su bebé necesita para mantenerse sano.

## Si contraigo COVID-19 y estoy amamantando, ¿transmitiré la enfermedad a mi bebé?

La leche materna es la mejor fuente de nutrición para la mayoría de infantes y los protege de muchas enfermedades. No se ha encontrado que la leche materna esté asociada a la transmisión de COVID-19. Sin embargo, aún no se han realizado suficientes estudios.

## If I do have COVID-19, what can I do to keep my baby safe while breastfeeding?

El COVID-19 se propaga a través de las gotitas respiratorias que pueden transmitirse fácilmente de madre a bebé durante el amamantamiento. Si sospecha que tiene el virus o está esperando los resultados de la prueba, tome las siguientes precauciones para reducir el riesgo de contagiar a su bebé:

- Lávese las manos con agua y jabón antes de tocar a su bebé, los biberones o las partes del extractor de leche. Si no dispone de agua y jabón, use desinfectante de mano con al menos 60% de alcohol.
- Utilice una mascarilla facial limpia cuando esté a menos de 6 pies de distancia del bebé (incluso cuando lo amamanta o le da el biberón) y cuando se extrae la leche materna.
- Limpie y desinfecte el extractor de leche después de usarlo.
- Para reducir aún más el riesgo o si está muy enferma como para amamantar, puede decidir que una persona que no está enferma alimente a su bebé.

Puede haber ocasiones en que usted y su bebé deban estar separados, como cuando los bebés requieren atención neonatal intensiva o servicios de atención especial. En este caso, se recomienda que usted continúe extrayendo la leche con el extractor o manualmente.

Si tiene alguna consulta sobre la salud de su recién nacido durante el COVID-19, llame al pediatra.

### For more information:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/caring-for-newborns.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/care-for-breastfeeding-women.html>