

Alimentación de Bebés y Niños Durante Emergencias

Amamantar es la forma más segura de alimentar a su bebé o niño pequeño en caso de emergencia o desastre. Continúe amamantando para ayudar a su bebé o niño pequeño a mantenerse saludable.

Lactancia

- La leche materna/humana es la opción más segura y nutritiva para su bebé o niño pequeño.
- La leche materna/humana protege contra infecciones, diarrea y resfriados.
- La leche materna/humana tiene la temperatura adecuada y ayuda a prevenir la hipotermia.
- La lactancia materna puede reducir el estrés para los padres y el bebé o el niño pequeño durante una emergencia.

Alimentación con biberón/vaso

La alimentación con biberón o vaso es una buena manera de alimentar a su bebé o a su niño pequeño cuando no puede alimentarse directamente del pecho.

- Lávese siempre las manos antes de alimentar con vaso.
- Extraer a mano la leche materna en un vaso para un bebé para maximizar el volumen.
- Si usa vasos desechables, use un vaso nuevo para cada alimentación.
- Si la leche extraída o de donante no está disponible, la fórmula infantil lista para alimentar es una opción segura.

General

- Si su bebé está amamantando bien, NO es necesario darle leche de fórmula.
- La fórmula en polvo NO ES ESTÉRIL y el acceso al agua potable puede ser limitado. Si es necesario, use agua embotellada para preparar fórmula en polvo hasta que el agua de la llave sea segura.
- La relactación es posible con la extracción continua de leche.
- El portabebés/envoltorio ayudará a mantener al bebé cerca del pecho cuando se alimente y le proporcionará comodidad.
- Tenga una bolsa de emergencia con pañales, toallitas húmedas, crema para rozaduras, cobijas, ropa, comida para bebés, toallitas desinfectantes, biberones, vasos para comer, bocadoillos no desechables y adecuados para la edad de su bebe, extractor de leche manual, termómetro, medicinas, copias del certificado de nacimiento/registro médico y otros artículos.



Para más información:

**Llame a línea de ayuda
Nacional para la Lactancia
Materna y Salud de la Mujer**
(800) 994-9662

Correo electrónico:
info@breastfeedla.org

Visite en línea:

BreastfeedLA
breastfeedla.org

**Centros para el Control y la
Prevención de Enfermedades**
(CDC por sus siglas en inglés)
www.cdc.gov/infant-feeding-emergencies-toolkit

**Departamento de Salud Pública
Preparación para Emergencias**
(DPH por sus siglas en inglés)
<https://tinyurl.com/EPIF25>

(07/17/25)