

# Alimentación de bebés durante emergencias: ¿Qué deberíamos hacer?

## 赤ちゃんの栄養 災害時の

原始時代には  
危機が迫った時に  
乳を押し出すのを  
一時的にとめ  
安全になると  
出る仕組みができた  
といわれています



これは今ほゆっくり授乳している場合ではなく逃げろ  
ということだからです

それは現代も同じ...  
母乳が押し出しにくく感じても  
ストレスには関係なく  
作り続けられているのです

災害時  
「ストレスで  
母乳が止まる」  
って聞きました  
けど...

それはよくある誤解!  
安心できる outcomes  
仕組が現代でもあるの  
お母か  
ママ

① El fluido de leche es controlado por hormonas, y puede verse afectado por amenazas de peligro, pero se vuelve a establecer en un ambiente seguro.  
Grr  
(¡Imaginen si las gotas de leche ayudaran a un depredador a seguir el rastro de su presa!)

② En tiempos de peligro, no es el momento de sentarse a amamantar, ¡es tiempo de huir!

③ En situaciones de estrés, puede que la leche no fluya fácilmente, pero las madres la siguen produciendo.

④ Mamá preocupada: "He escuchado que en situaciones de emergencia, el estrés puede hacer que mi leche se seque".  
"Y yo he visto que durante las emergencias distribuyen fórmula".

⑤ RISU (Ardilla) "¡Ese es un malentendido común!"  
"Se sabe que la leche va a fluir de nuevo cuando la madre se sienta segura".



① Ardilla "Por eso, es muy importante preparar un lugar seguro para las madres durante las emergencias".  
Cortina, división, salón separado, tienda de campaña, salón privado. ¡Un espacio seguro!

② Mamá "Pero probablemente amamantamos a nuestros bebés menos durante las emergencias o desastres".

③ FIL: Mecanismo que suprime y controla la producción de leche ahora. ¿Reducimos la producción?  
Prolactina: Hormona que produce la leche "Ya hice algo de leche, pero ¿disminuyo por ahora?"  
Oxitocina: Hormona que libera la leche (sensible al estrés)  
"Tomemos un descanso por ahora".

④ "Si la frecuencia de la lactancia materna disminuye o se agrega fórmula en esta situación, la cantidad de leche producida podría disminuir".

⑤ "Esto conduce al malentendido de que el estrés detiene la producción de leche".

⑥ "La leche materna contiene factores inmunes que protegen a los bebés de las infecciones, especialmente en casos de emergencias".

⑦ Protección contra los Norovirus, la Salmonella, E. coli, Campylobacter, Rotavirus, Virus de la influenza



① Ardilla "Algunas madres indican que producen más leche de lo usual cuando amamantan con mayor frecuencia".

② ¡Una cucharadita de leche materna contiene 3 millones de células que matan a los gérmenes! (fórmula infantil vs leche materna)  
Mamá "Entonces creo que puedo intentar dar el pecho más veces".

③ (Nota de Ardilla: Estamos hablando de proteger el derecho de las madres a amamantar, no estamos diciendo que todas las madres deben amamantar)

④ "Entonces, es muy importante que las madres que amamantan tengan un ambiente seguro que les permita enfocarse en dar el pecho".

⑤ "Por supuesto, un ambiente seguro también es importante para los bebés que se alimentan con fórmula".

⑥ "La leche materna se puede producir aunque la madre no coma lo suficiente. Pero queremos que las madres tengan suficientes alimentos para su propia salud".  
Mamá "¡Yo me alimento y hago leche para mi bebé!".

⑦ "Porque tomar el pecho puede calmar a los bebés, y las madres necesitan amamantar durante la noche, es bueno tener espacios amigables para las familias".



⑤ "Por supuesto, un ambiente seguro también es importante para los bebés que se alimentan con fórmula".

⑥ "La leche materna se puede producir aunque la madre no coma lo suficiente. Pero queremos que las madres tengan suficientes alimentos para su propia salud".  
Mamá "¡Yo me alimento y hago leche para mi bebé!".

⑦ "Porque tomar el pecho puede calmar a los bebés, y las madres necesitan amamantar durante la noche, es bueno tener espacios amigables para las familias".



- ⑦ “Al terminar, ¡siempre descarte cualquier cantidad de leche que bebé no se haya terminado!” ¡Tire la leche que sobre inmediatamente, para evitar que se formen bacterias!
- ⑥ *Siente a bebé en su regazo. Busque un lugar tranquilo. Lleve la taza o vasito hacia los labios de bebé. Que la taza repose ligeramente en el labio inferior de bebé, y los bordes de la taza toquen su labio superior. Incline la taza para que la leche apenas toque los labios de bebé. Bebé empezará a lamer la leche. Intente practicar antes en casa, en caso de emergencia.*
- ⑤ *Ardilla “Si no tiene un biberón o mamadera esterilizada, puede usar una taza.” (¡Los vasos de papel pueden almacenarse fácilmente!)*
- ④ (Fórmula líquida, lista para servir) La fórmula líquida ya preparada (disponible sólo en algunos países) debe almacenarse a temperatura ambiente, entre 15°C y 25°C (o 35°C dependiendo del fabricante) **Agitar bien**
- ③ (Fórmula en polvo) Mezcle con agua caliente a más de 70°C. (¡Es necesario para matar las bacterias en la fórmula!) Enfriar a una temperatura apropiada (la temperatura del cuerpo). Nota: La fórmula hipoalérgica únicamente está disponible en polvo.
- ② **Lave sus manos. Use un recipiente esterilizado**
- ① *Ardilla “Para quienes alimentan con fórmula, ¡es muy importante el manejo de la higiene!”*



- ⑤ Mamá “Eso protegerá tanto a los bebés amamantados como a los que toman fórmula.”
- ④ *Ardilla “Escuchemos a los padres antes de ofrecer consejos, para que ellos puedan continuar cuidando a sus hijos e hijas a su manera.”*
- ③ (Estándares internacionales) La Guía Operativa de la OMS “Alimentación de lactantes y niños(as) pequeños(as) en emergencias”. VALORAR las necesidades individuales y distribuir fórmula infantil sólo a quienes la necesitan. NO distribuir fórmula infantil sin valoración adecuada durante desastres. NO entregar muestras de fórmula en situaciones que no sean emergencia.
- ② “Todos deberíamos ser amables con las madres y sus bebés. Las personas que ofrecemos apoyo, debemos pensar en cómo ayudar a las madres a cuidar de sus hijos e hijas de la misma forma en que lo hacían antes de la emergencia”.
- ① *Ardilla “Ya sea que esté alimentando con fórmula o dando el pecho, usted está trabajando duro en cuidar de sus hijos. También durante las emergencias, ¡usted merece respeto por el método de alimentación que use!”*

本資料は、災害時の乳児栄養の国際基準に基づく内容です。詳しくは IFE 災害時乳幼児栄養 検索 [https://jal-net.jp/dl/OpsG\\_Japanese\\_Screen.pdf](https://jal-net.jp/dl/OpsG_Japanese_Screen.pdf)

comic by エムラナスコ

著作権は発行元にあります。出典を記載し、改変せず、非営利目的であれば自由にコピー出来ます。



発行元 あんどりす 本郷寛子 <https://andorisu.jimdo.com>

Basado en la Guía Operativa de la OMS “Alimentación de lactantes y niños(as) pequeños(as) en emergencias”.

[https://www.enonline.net/attachments/3218/Ops\\_IFE\\_Spanish\\_WEB.pdf](https://www.enonline.net/attachments/3218/Ops_IFE_Spanish_WEB.pdf)

Cómic: Yasuko Emura Publicado por Risu Ando & Hiroko Hongo

Supervisión Médica: Kikuko Oku, MD Traducido al español: Waleska Porras, LLL Costa Rica

## Referencias

American Academy of Pediatrics. Infant Feeding in Disaster and Emergencies, 2015.

American Academy of Pediatrics, American College of Obstetricians and Gynecologists. Breastfeeding Issues During Disasters (AAP/ACOG) in Breast-feeding Handbook for Physicians 2nd ed. p.239-244, 2014

Gribble KD, Berry NJ. Emergency preparedness for those who care for infants in developed country contexts. Int Breastfeed. J. 6(1):16, 2011

Gribble K, Fernandes C. Considerations regarding the use of infant formula products in infant and young child feeding in emergencies (IYCF-E) programs. World Nutrition 2018;9(3):261-283

IFE Core Group. Infant and Young Child Feeding in Emergencies: Operational Guidance for Emergency Relief Staff and Programme Managers, version 3.0, 2017.

Sphere Association. The Sphere Handbook, 2018

UNHCR, ENN. Infant and Young Child Feeding Practices: Standard Operating Procedures for the Handling of Breastmilk Substitutes (BMS) in Refugee Situations for Children 0 - 23 months, 2015.

WHO. International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes, 1981.

WHO, UNICEF. Infant Young Child Feeding Counselling: An Integrated Course, 2006.

Otras referencias en <https://andorisu.jimdo.com/>