

Mascarillas faciales: ¿sí o no?: lo que los padres deben saber

Desde el inicio del brote del COVID-19, la leche de fórmula para bebés escasea en tiendas y almacenes. La escasez actual se debe en gran medida a problemas en la cadena de suministros y el reciente retiro voluntario del mercado de ciertos productos de fórmula para bebés por presunta contaminación.

Aquí hay algunos consejos sobre cómo encontrar la fórmula que su bebé necesita durante la escasez, y lo que puede considerar hacer con seguridad si no puede encontrar ninguna.

Tenga en cuenta que estos consejos se dan estrictamente durante la URGENTE escasez actual de leche de fórmula. Si tiene alguna inquietud sobre la nutrición de su bebé, hable con su pediatra.

¿Qué pasa si no puedo encontrar leche de fórmula en ninguna tienda?

- Averigüe en almacenes pequeños y droguerías que todavía podrían tener suministros si es que se han agotado en los grandes almacenes.
- Si puede costearlo, compre fórmula infantil en internet hasta que disminuya la escasez. Compre a distribuidores y farmacias reconocidos (de confianza) en lugar de lugares de venta individual o sitios de subasta.
- Consulte grupos de redes sociales. Hay grupos dedicados a la alimentación infantil y leche de fórmula, y los miembros pueden tener ideas sobre dónde encontrar leche de fórmula. Asegúrese de consultar cualquier duda con su pediatra.
- Si encuentra, puede ser tentador comprar tanta fórmula como sea posible en este momento, pero la American Academy of Pediatrics (AAP) recomienda comprar un suministro de fórmula para no más de 10 días a 2 semanas para aliviar la escasez.
- Llame a su pediatra si no puede acceder a la fórmula que necesita para su bebé. Es posible que tengan muestras en stock, conexiones con otras organizaciones locales o ideas de otros lugares a los que llamar, como su clínica local de WIC (<https://www.fns.usda.gov/wic>).

Encontré pequeñas cantidades varias fórmulas diferentes. ¿Cuál es la mejor manera de cambiar entre las marcas?

Es muy probable que a su bebé le vaya bien con diferentes fórmulas siempre que sean del mismo tipo. Si a su bebé no le gusta el sabor o tiene dificultades para tolerar una fórmula diferente, puede intentar introducir gradualmente pequeñas cantidades de la nueva fórmula mezclada con la fórmula habitual. Aumente lentamente la cantidad de la nueva fórmula. Tenga paciencia, ya que su bebé puede tardar un tiempo en acostumbrarse a una nueva fórmula. Si tiene preguntas sobre si su bebé tolera la nueva fórmula, llame a su pediatra.

Mi bebé necesita una fórmula metabólica especial, pero no puedo encontrar ninguna. ¿Qué tengo que hacer?

Abbott está lanzando cantidades limitadas de Similac PM 60/40 y otras fórmulas metabólicas para bebés con necesidades urgentes. El consultorio de su pediatra puede completar una solicitud y, si se aprueba, la fórmula puede enviarse a su hogar. Hable con su pediatra sobre fórmulas especiales seguras para su bebé.

Solo una marca de fórmula está cubierta por el programa WIC, pero no puedo encontrar ninguna. ¿Qué tengo que hacer?

La mayoría de los estados permiten que los padres que usan los beneficios de WIC compren otras marcas de fórmula o diferentes tamaños y formas, como la fórmula lista para usar. Para averiguar qué permite su estado, puede consultar aquí <https://www.fns.usda.gov/wic/infant-formula-waiver-status> (en inglés).

Tengo un bebé de 3 meses y no puedo encontrar mi fórmula habitual para bebés. ¿Qué tengo que hacer?

Este es un problema muy difícil. Si puede encontrar otra fórmula similar, está bien hacer el cambio. Si usa una leche de fórmula especial para alergias u otras necesidades especiales de salud, la Sociedad Norteamericana de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica proporciona una lista de fórmulas comparables aquí <https://naspghan.org/recent-news/naspghan-tools-for-hcps-affected-by-formula-recall/> (en inglés).

¿Puedo agregar agua extra a la fórmula y darle a mi bebé un multivitamínico para compensar los nutrientes?

Esto **NUNCA** debe hacerse. Reducir la fórmula con agua o diluirla (aguarla) para estirla puede diluir los niveles de proteínas y minerales, y provocar niveles bajos de sodio en la sangre y otros trastornos electrolíticos que pueden requerir hospitalización. Siga siempre las instrucciones de la etiqueta o las que le dé su pediatra.

¿Puedo hacer mi propia leche de fórmula? He visto una receta en internet que lleva leche evaporada y que dicen que se usaba con seguridad en la década de 1940

No se recomienda utilizar fórmulas hechas en casa para alimentar a su hijo. Aunque en el pasado se usaba fórmula casera, también conllevaba muchos riesgos para los bebés. Las recetas de leche de fórmula casera para bebés en internet plantean importantes problemas de seguridad en relación con la contaminación y la concentración de nutrientes. El uso de fórmula casera para bebés puede dañar a su bebé. Algunos bebés han sido hospitalizados por el uso informado de fórmulas caseras.

¿Cuál es la edad más temprana a la que puedo comenzar a darle alimentos sólidos a mi bebé para estirar mi suministro de fórmula?

No se deben usar alimentos sólidos para estirar el suministro de fórmula. La fórmula contiene todos los nutrientes (en inglés) que necesitan los bebés pequeños, mientras que los alimentos sólidos pueden no tenerlos. Los bebés generalmente están listos para comer alimentos sólidos cuando tienen alrededor de 6 meses, pero depende de su etapa de desarrollo. Hable con su pediatra acerca de cuándo su bebé puede estar listo para los alimentos sólidos.

¿Es seguro obtener leche materna de un amigo o grupo en línea?

No podemos saber con certeza si la leche materna de un amigo o de un grupo en línea es segura. Es mejor consultar con un banco de leche local que esté acreditado a través de la Asociación de Bancos de Leche Humana de América del Norte. Para encontrar un banco de leche acreditado, consulte aquí www.hmbana.org/find-a-milk-bank/.

Escuché que el gobierno importará leche de fórmula de otros países. ¿Es eso seguro?

La Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) está trabajando para asegurar de que existan procedimientos para verificar los estándares de producción, el etiquetado y el envío de marcas de fórmula para bebés importadas que anteriormente no se vendían en los Estados Unidos. Las fórmulas europeas están reguladas por la Agencia Europea de Seguridad Alimentaria de manera similar a como la FDA regula las fórmulas en los EE. UU. y son altamente confiables.

¿Puede la fórmula para niños pequeños sustituir a la fórmula regular?

Las bebidas para niños pequeños, que a menudo se encuentran en los estantes de las tiendas donde se vende la leche de fórmula, no se recomiendan para bebés. Sin embargo, si no tiene otra opción, estos productos pueden ser seguros durante unos días para bebés que tienen cerca de un año de edad.

¿Puedo darle leche de fórmula para prematuros a mi bebé nacido a término?

Las fórmulas diseñadas para bebés que nacieron prematuros (y tienen que "ponerse al día" del crecimiento) se pueden usar de manera segura durante algunas semanas para alimentar a bebés nacidos a término si no hay nada más disponible.

¿Es la leche de vaca una alternativa segura a la fórmula para bebés?

Si su hijo tiene **más de 6 meses de edad** y generalmente toma fórmula regular y no un producto especial para alergias u otras necesidades especiales de salud, esta puede ser una opción. En caso de apuro, podría alimentarlos con leche entera de vaca durante un breve período de tiempo (no más de una semana).

Esto no es lo ideal y no debe hacerse durante más de una semana. Una de las preocupaciones de dar leche de vaca a un bebé de 7 a 12 meses a largo plazo es que no contiene suficiente hierro como la fórmula. Esto puede conducir a la anemia. Si tiene que usar leche de vaca, lo ideal es hacerlo durante el menor tiempo posible y darle al bebé muchos alimentos sólidos que contengan hierro, como papillas hechas con carne o cereales fortificados con hierro. Si necesita darle leche de vaca a su bebé durante una semana, hable con su pediatra.

¿Qué hay de alimentar a mi bebé con leche de cabra?

La leche de cabra no está aprobada para bebés en los Estados Unidos. Sin embargo, hay fórmulas para bebés a base de leche de cabra registradas en otros países que pueden estar entre las consideradas para la aprobación de importación acelerada por parte de la FDA.

¿Puedo usar leche de origen vegetal en lugar de fórmula para bebés si es necesario?

Las alternativas de leche de origen vegetal generalmente no se recomiendan para bebés menores de un año. La leche de soja puede ser una opción para dar a los bebés que tienen cerca de un año durante la escasez, pero no por más de una semana. Si no puede encontrar fórmula y tiene que usar leche de soja, asegúrese de comprar el tipo que está fortificado con calcio y vitamina D. Asegúrese de volver a cambiar a la fórmula tan pronto como esté disponible. Tenga especial cuidado de evitar la leche de almendras u otras leches vegetales, ya que suelen ser bajas en proteínas y minerales. Hable con su pediatra si está considerando usar leche de origen vegetal.

¿Por cuánto tiempo se puede usar la fórmula después de la fecha de caducidad?

Por lo general, la fórmula no debe usarse después de la fecha de caducidad porque es posible que no sea segura o que no tenga los niveles necesarios de nutrientes.

Recuerde

No dude en hablar con su pediatra si tiene alguna inquietud sobre la salud y la nutrición de su bebé. Si su hijo tiene necesidades especiales de salud, asegúrese de consultar con su médico acerca de las alternativas de alimentación médicamente apropiadas y seguras.

Para obtener más información

American Academy of Pediatrics
www.aap.org and www.HealthyChildren.org

Spanish translation adapted from the HealthyChildren.org article *With the baby formula shortage, what should I do if I can't find any?* by Steven A. Abrams, MD, FAAP (5/23/22).

La American Academy of Pediatrics (AAP) es una organización formada por 67.000 pediatras generales, especialistas pediátricos y especialistas en cirugía pediátrica dedicados a la salud, la seguridad y el bienestar de todos los bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

En todos los aspectos de su programa de publicación (redacción, revisión y producción), la AAP se compromete a promocionar los principios de equidad, diversidad e inclusión.

Todos los sitios web, las marcas, los productos o los fabricantes se mencionan solamente con fines informativos y de identificación y esto no implica que la American Academy of Pediatrics (AAP) los avale. La AAP no se responsabiliza por el contenido de los recursos externos. Al momento de la publicación, la información estaba vigente. La información que se incluye en esta publicación no se debe usar como reemplazo de la asistencia médica y los consejos de su pediatra. Puede que haya variaciones en el tratamiento que le recomiende su pediatra basándose en los hechos y circunstancias individuales.

American Academy of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



healthychildren.org

Powered by pediatricians. Trusted by parents.
from the American Academy of Pediatrics