

## Biberón suplementario

Algunas familias pueden necesitar darle un suplemento a su bebé lactante por razones médicas, mientras que otras pueden optar por complementar por razones personales.

### ¿Qué es la suplementación?

Darle a su bebé su propia leche extraída, leche materna donada o fórmula para bebés, además de la lactancia materna.

### Las opciones para suplementar

Suplementos recomendados por orden de prioridad, si están disponibles:

**1ª opción:** Su propia leche, recién extraída a mano o bombeada

**2ª opción:** Su propia leche congelada, descongelada justo antes de usarla

**3ª opción:** Leche pasteurizada donada a través de un banco de leche materna certificado

**4ª opción:** Fórmula infantil comercial a base de leche de vaca (vea la sección [La alimentación con leche de fórmula](#))

### Su propia leche es la mejor

Su propia leche –fresca o congelada (cuando no se dispone de leche fresca)– es la mejor manera de alimentar a su bebé.

### Si necesita darle a su bebé algo que no sea su propia leche

#### 1ª opción: Leche pasteurizada donada a través de un banco de leche materna certificado

Debido a que los bancos de leche certificados tienen un suministro de leche limitado, por lo general solo se les da mediante receta médica a los bebés prematuros, muy enfermos o de alto riesgo.

#### ¿Qué es la leche materna pasteurizada de donante?

Leche humana que ha sido donada a un banco de leche materna certificado. Las donantes son examinadas cuidadosamente para asegurarse de que están sanas y su leche es segura. La leche se pasteuriza para matar las bacterias y los virus dañinos.



#### ATENCIÓN

Para asegurarse de que su bebé crezca bien y se mantenga sano, siga siempre las instrucciones de la etiqueta al preparar y almacenar la fórmula.

#### 2ª opción: Leche infantil de fórmula comercial

Si no puede conseguir leche de un banco de leche materna certificado, la mejor alternativa es la fórmula infantil de leche de vaca comercial. Esto puede proporcionarle a su bebé una nutrición completa. La fórmula está disponible en 3 tipos: líquida lista para ser utilizada, líquida concentrada y en polvo.

**Si su bebé tiene menos de 2 meses y nació a las 37 semanas o antes, o si pesó menos de 2.500 gramos al nacer**, use una fórmula líquida –ya sea lista para usarse o concentrada–. La fórmula en polvo no es estéril y puede hacer que su bebé se enferme. Las fórmulas especializadas solo deben utilizarse si se lo recomienda su profesional de la salud.

### Antes de suplementar

Hable con su profesional de la salud antes de darle a su bebé otra cosa que no sea su propia leche. Esto le ayudará a obtener toda la información que necesita para alimentarla de manera segura.

Suplementar con otra leche o fórmula cuando no se necesita puede disminuir su producción de leche, causar congestión (vea la sección [Desafíos durante la lactancia](#)) y hacer que la lactancia sea más difícil. También puede afectar a la salud de su bebé.

Pero a veces es necesario suplementar por razones médicas para darle a su bebé más comida y energía. Lo más importante es que su bebé reciba suficiente comida y que se alimente de forma segura, ya sea con leche materna, leche de fórmula o ambas. Hable con su profesional de la salud si le preocupa darle a su bebé la fórmula.

Si suplementa:

- Dele a su bebé toda la leche materna que pueda.
- Consiga el apoyo de su profesional de la salud o de un asesor de lactancia para mantener su producción de leche materna. Esto puede permitirle volver a la lactancia exclusiva en el futuro.
- Use una cuchara o un vasito sin tapa, no un biberón. O utilice un dispositivo de alimentación especializado si se lo recomienda su profesional de la salud.



### IDEA CLAVE

Si está pensando en complementar, asegúrese de tener toda la información necesaria para tomar una decisión informada. Hable con su profesional de la salud o enfermera de salud pública o llame a HealthLink BC al 8-1-1 si requiere consejos.

### Cómo donar la leche que le sobra al Banco Provincial de Leche Materna de la Colombia Británica (BC Women's Provincial Milk Bank)

Si tiene leche que sobra y le gustaría donar, hable con su médico o matrona, visite [bcwomensmilkbank.ca](http://bcwomensmilkbank.ca) o llame al 604-875-3743.

### ¿Se puede compartir la leche informalmente con otros padres?

#### ¿Qué es el intercambio informal ("persona a persona") de leche materna?

Consiste en compartir leche materna no controlada y no pasteurizada con amigos, familiares o a través de grupos locales o en línea.

Las madres que quieren darle a su bebé leche humana pero no pueden producir suficiente leche por sí mismas a veces consideran compartir la leche de manera informal. Pero antes de darle a su bebé la leche de una donante informal, hable con su profesional de la salud sobre los riesgos y beneficios.



### ATENCIÓN

El Ministerio de Salud de Canadá (Health Canada), la Sociedad Pediátrica Canadiense (Canadian Paediatric Society) y la Asociación de Bancos de Leche Materna de América del Norte (Human Milk Banking Association of North America) no recomiendan que se comparta la leche materna con amigos, familiares ni grupos que comparten la leche. La leche que se comparte de manera informal no se somete a pruebas ni se pasteuriza para eliminar las bacterias y los virus nocivos.

### ¿Cuáles son los riesgos?

Debido a que la leche que se comparte de manera informal no se analiza ni pasteuriza, puede conllevar riesgos:

- Los virus como el VIH y la hepatitis B y C pueden transmitirse a su bebé. Es posible que las donantes ni siquiera sepan que son portadoras de ciertos virus y bacterias.
- Si las donantes fuman o beben alcohol o si toman medicamentos con o sin receta, suplementos herbales o drogas ilegales, las sustancias nocivas pueden pasar a la leche y perjudicar a su bebé (vea la sección [La cafeína, el tabaco, el alcohol, las drogas y la lactancia materna](#)).
- Si la leche no se colecta y almacena de forma segura, las bacterias pueden crecer y hacer que su bebé se enferme.
- La leche de donante no controlada puede mezclarse con agua, leche de vaca o algo de lo que usted no sepa.

### Cómo reducir los riesgos

Si está considerando compartir la leche de manera informal, reduzca el riesgo:

- no compre leche por Internet
- averigüe todo lo que pueda sobre la salud y el estilo de vida de su donante
- solo use la leche de una familiar o amiga cercana
- limite el número de donantes que utiliza
- tenga contacto continuo, cara a cara, con su donante
- pregúntele a su profesional de la salud qué tipo de pruebas debe hacerse la donante y pídale a la donante que comparta los resultados con su profesional de la salud
- asegúrese de que la leche se manipula, almacena y envía de la forma más segura posible
- aprenda a almacenar y recalentar la leche humana de forma segura (vea la sección [Extracción de la leche materna](#))



### ¿SABÍA USTED?

No se ha demostrado que el tratamiento térmico de la leche humana en el hogar ("calentamiento rápido") elimine las peligrosas bacterias y virus que podrían enfermar a su bebé.

Para más información sobre el intercambio informal de leche, visite [perinatalervicesbc.ca/Documents/Guidelines-Standards/HealthPromotion/InformalMilkSharing\\_FamilyInfo.pdf](http://perinatalervicesbc.ca/Documents/Guidelines-Standards/HealthPromotion/InformalMilkSharing_FamilyInfo.pdf).