

Escasez de leche de fórmula: ayudar es una prioridad local

Por Julie Vaishampayan y Priti Golechha

La falta de leche de fórmula es un problema para muchos padres del condado de Stanislaus. Esta falta afecta a familias de todo el país, pero hay medidas que podemos tomar a nivel local para mantener a los niños nutridos y sanos. Son muchas las preguntas al respecto, por lo que queremos que los padres estén bien informados.

¿Es segura la leche de fórmula casera para bebés? No. La leche de fórmula casera puede causar infecciones y no proporcionar al bebé los nutrientes adecuados.

¿Puedo probar otro tipo de leche de fórmula para alimentar a mi bebé? Sí, pero hable con su doctor o con el asistente de nutrición del programa WIC sobre las opciones. Si su bebé ya ha tenido una reacción a ciertos tipos de leche de fórmula, quizá quiera evitar ese tipo de fórmula.

¿Ya debería comenzar a beber leche de vaca u otro tipo de leche? No. La leche de vaca y otros tipos de leche pueden ser perjudiciales para el estómago del bebé. Pueden causar una reacción.

¿Puedo diluir la leche de fórmula con agua, leche materna u otra leche para que dure más tiempo? No. Esto no debería hacerse nunca. Los bebés necesitan el equilibrio justo de nutrientes. Ingerir demasiados o muy pocos nutrientes puede ser perjudicial para su organismo y aumentar el riesgo de infección. Siga siempre las instrucciones del envase.

¿Ya puedo comenzar a darle sólidos a mi bebé? Comience con los sólidos solo si el doctor de su hijo dice que está preparado. Hay señales de desarrollo que indican que su hijo está preparado

para recibir alimentos sólidos. Por ejemplo, sentarse con apoyo.

Si encuentro la leche de fórmula que necesito, ¿debo abastecerme por si acaso? La Academia Americana de Pediatría (AAP) recomienda comprar suministros solo para 10 o 14 días por vez. Así, evitará la escasez.

Consejos:

- Intente obtener leche de fórmula en una lata de otro tamaño. El programa WIC ha añadido temporalmente más tamaños de envases para la leche de fórmula en polvo.

- Llame a su doctor y pregúntele si tiene muestras de leche de fórmula en el consultorio.

- Pruebe otra marca.

- Llame a las tiendas con anticipación y pida la leche de fórmula que necesita.

- Si tiene el programa WIC, use los beneficios de la leche de fórmula cuanto antes. Puede que tenga que hacer más viajes a la tienda.

¿Está amamantando o dando el pecho parcialmente? Amamantar o dar el pecho no siempre es fácil, pero si le interesa aumentar su producción de leche ante la falta de leche de fórmula, hable con el personal del programa WIC local. Le aconsejarán sobre cómo aumentar su producción de leche. Las embarazadas o puérperas y los niños menores de 5 años que tienen MediCal (por ejemplo: Health Plan of San Joaquin, HealthNet, etc.) también reúnen los requisitos para el programa WIC.

La Dra. Julie Vaishampayan es la oficial de salud del condado de Stanislaus. La Dra. Priti Golechha es la directora médica ejecutiva de Health Plan of San Joaquin.