



USO DE MEDICAMENTOS EN LA LACTANCIA

La lactancia materna ofrece muchos beneficios para su bebé. La leche materna contiene el equilibrio adecuado de nutrientes para ayudar a que el bebé crezca y se convierta en un niño fuerte y sano (1).

A medida que el número de madres lactantes sigue aumentando, también aumenta el uso de medicamentos. Como madre lactante, debe ser consciente de que hay cuatro cosas que sabemos con certeza acerca de los medicamentos y la leche materna, por orden de importancia:

- La mayoría de los medicamentos pasan a la leche humana.
- Los medicamentos deben pasar a su sangre antes de que puedan aparecer en la leche.
- Casi todos los medicamentos aparecen en cantidades muy pequeñas.
- Muy pocos medicamentos están contraindicados para las madres lactantes (2).
- Varios medicamentos están contraindicados para las madres lactantes (2).

Estas son algunas pautas generales para tomar medicamentos durante la lactancia:

- Consulte con el médico antes de tomar algún medicamento durante la lactancia.
- Ingiera el medicamento si realmente lo necesita.
- Si usted tiene la opción, retrase el inicio del medicamento hasta que el bebé sea mayor. Un medicamento que puede causar problemas para un recién nacido puede ser seguro para un bebé mayor, más grande y maduro.
- Tome la dosis más baja posible durante el menor tiempo.
- Evite los medicamentos con efecto duradero (por ejemplo las tabletas de liberación prolongada).
- Programe la toma del medicamento para que la cantidad más baja de medicamento entre en la leche materna (tómela pronto después de una alimentación, preferiblemente una alimentación nocturna, tome medicamentos orales después de amamantar o antes del período de sueño más largo de su bebé).
- Tenga cuidado con reacciones tales como somnolencia, brotes en la piel, diarrea, cólicos, etc. Aunque las reacciones son raras, es importante mantener informado a su médico de cualquier cambio (2,3).

A continuación se presenta información muy general sobre los fármacos que normalmente se consideran seguros durante la lactancia:

- Si el medicamento se prescribe comúnmente para los lactantes, lo más a menudo posible es que sea seguro mientras se está amamantando, porque generalmente el bebé obtiene una dosis mucho más baja de la leche que si lo tomara directamente. Ejemplos son la mayoría de los antibióticos, como la amoxicilina.
- Los medicamentos considerados seguros durante el embarazo suelen ser, pero con pocas excepciones, seguros de tomar durante la lactancia. Cuando está embarazada, los medicamentos que entra en la sangre tiene una línea directa de la madre al bebé a través de la placenta; cuando usted está amamantando, los medicamentos que entran en su sangre se filtran a través del pecho, y menos entra en la leche.
- Los medicamentos que no se absorben desde el tracto gastrointestinal (estómago o intestinos) suelen ser seguros (por ejemplo colestiramina).
- Los medicamentos tópicos (los aplicados a la piel) casi siempre son seguros porque no entran al torrente sanguíneo.
- Las vacunas generalmente son seguras, pero se debe consultar con el médico si planea vacunarse durante la lactancia (2,3).





Medicamentos que no se deben usar durante la lactancia:

Los siguientes lineamientos son básicos para tomar medicamentos de venta libre cuando está lactando:

- Medicamentos para la hipertensión arterial: captopril y enalapril.
- Medicamentos para el manejo de las convulsiones: fenobarbital, primidona, etosuximida y felbamato.
- Medicamentos para el cáncer: ciclofosfamida, doxorubicina y metotrexate.
- Medicamentos para reducir el colesterol: lovastatina, simvastatina, atorvastatina y rosuvastatina.
- Medicamentos ginecológicos: bromocriptina, cabergolina y lisurida.
- Medicamentos para el corazón: amiodarona.
- Medicamentos para la psicosis: litio, clozapina y sulpiride.
- Medicamentos para el dolor de cabeza y migraña: ergotamina.
- Medicamentos para utilizados en el trasplante de órganos: ciclosporina (4,6).



Recomendaciones para tomar medicamentos de venta libre durante la lactancia.

Los siguientes lineamientos son básicos para tomar medicamentos de venta libre cuando está lactando:

- Ingera medicamentos orales después de amamantar o antes del período de sueño más largo de su bebé. Esto dará al medicamento la oportunidad de salir de su sistema antes de que alimente de nuevo a su bebé.
- El acetaminofén y los AINE (medicamentos antiinflamatorios no esteroideos) usualmente proporcionan un alivio seguro del dolor para las mujeres que están lactando. Los AINE incluyen ibuprofeno, naproxeno y diclofenaco.
- Evite usar aspirina ya que puede causar urticaria y problemas de sangrado en los bebés lactantes.
- Limite el uso a largo plazo de antihistamínicos (incluidos en los antigripales). Al igual que otros medicamentos que toma, los antihistamínicos pasarán a su leche materna. Estos pueden causar efectos secundarios en los bebés lactantes, como mareo, irritabilidad, llanto y problemas para dormir. Los antihistamínicos también pueden disminuir la cantidad de leche que produce. Si no está segura si un medicamento de venta libre contiene antihistamínicos, pregunte a su médico de cabecera.
- Observe a su bebé para saber si tiene algún síntoma de efectos secundarios. Estos signos pueden incluir salpullido, problemas para respirar u otros síntomas que su bebé no tenía antes de que usted tomara el medicamento.
- Mantenga todos los medicamentos fuera de la vista y el alcance de su bebé y cualquier otro niño (4).

¿Cómo o dónde desechar los medicamentos vencidos o parcialmente consumidos?

Desechar en un punto azul ubicados en droguerías y almacenes de grandes superficies los medicamentos vencidos, deteriorados o que ya no se consumen, así como los envases y/o empaques de los mismos.



REFERENCIAS

1. Meline Plus. Lactancia [Internet]. [cited 2016 Nov 16]. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/breastfeeding.html>
2. Transfer of drugs and other chemicals into human milk. *Pediatrics*. 2001 Sep;108(3):776–89.
3. Springer Publishing Company. Medications and Mothers Milk Online [Internet]. [cited 2016 Nov 16]. Available from: <http://www.medsmilk.com/>
4. Información farmacoterapéutica de la comarca. Boletín INFAC: Utilización de fármacos en la lactancia. Vitoria; 2000.
5. Vauzelle C, Beghin D, Elefant E. Medicamentos y lactancia materna. *EMC - Tratado Med* [Internet]. 2014;18(2):1–12. Available from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1636541014675279>
6. Ministerio de Salud de México DF. Lactancia materna: madre con enfermedad tratada con medicamentos [Internet]. GPC Lactancia materna. Mexico; 2009. Available from: http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/IMSS_637_13_LACTANCIAMATERNA/637GRR.pdf
7. Familydoctor.org. Medicamentos de venta libre y el embarazo [Internet]. [cited 2016 Nov 16]. Available from: <http://es.familydoctor.org/familydoctor/es/drugs-procedures-devices/over-the-counter/otc-medicines-and-pregnancy.printerview.all.html>