

18.

Lactancia materna, medicamentos y otras sustancias

José María Paricio Talavero

“Lo peor que le puede pasar a un hijo de madre fumadora, es que además no le dé pecho”.



Los beneficios de la lactancia materna para el lactante y la madre, su familia, el sistema sanitario y la sociedad en general están muy bien documentados en múltiples publicaciones. Suprimir la lactancia sin una causa justificada supone un riesgo innecesario para la salud.

Más del 90% de mujeres toma medicamentos durante el periodo de lactancia y es frecuente que dejen de dar el pecho por este motivo, aunque la gran mayoría de ellos son compatibles con la lactancia materna. Del mismo modo, apenas media docena de enfermedades maternas contraindican o hacen prácticamente imposible la lactancia.

La madre lactante debe tener siempre presente que lo que ella tome puede afectar a su bebé, por lo que durante la lactancia, más que en ningún otro momento, no debe tomar ningún medicamento sin consultar antes con un médico bien documentado.

Los profesionales sanitarios, con unos conocimientos básicos de Farmacología y Pediatría y la utilización de buenas guías, pueden asesorar adecuadamente a mujeres que lactan y que deben tomar remedios para algún padecimiento o por alguna enfermedad. En la práctica habitual, los profesionales no siempre tienen tiempo para consultar una buena guía de lactancia materna. En estos casos, puede ser útil consultar la página web www.e-lactancia.org del Hospital Marina Alta de Denia, avalada por el comité de lactancia materna de la AEPED. En esta página web se pueden consultar más de 1500 medicamentos y enfermedades maternas de un modo sencillo y rápido. Si tras consultar esta página persisten las dudas, puede remitir una consulta por correo electrónico. A continuación comentamos algunos de los fármacos y procedimientos más comunes:

El paracetamol o el ibuprofeno no causan ningún problema en la lactancia.

Si es necesario un antibiótico para la mejoría o curación de alguna enfermedad infecciosa, casi todos los habituales son compatibles con la lactancia.

Casi todas las hormonas, incluidos los corticoides, la insulina y la tiroxina son compatibles con la lactancia; sólo hay que evitar los estró-

genos, pues provocan disminución en la producción de leche. Si se han de usar anticonceptivos, los mejores son los mecánicos (preservativo, DIU), las píldoras con progestágenos y el método MELA (ver Cap. 18).

Prácticamente todos los medicamentos antitiroideos, antiepilépticos, antirreumáticos, fármacos para la enfermedad inflamatoria intestinal y varios inmunosupresores, en las dosis habituales, son compatibles con la lactancia.

Todos los procedimientos odontológicos, incluida la anestesia local, el blanqueo de dientes y la prescripción de antibióticos y antiinflamatorios, también son compatibles con la lactancia.

Las ecografías, las radiografías, los TAC y las Resonancias Nucleares Magnéticas (RNM) son compatibles con la lactancia, aunque sea con contrastes. La lactancia no debe suspenderse por una mamografía, pero puede dificultar su interpretación, en cuyo caso se puede recurrir a la ecografía. Antes de practicarla conviene vaciar bien el pecho para disminuir las molestias de la exploración y facilitar su interpretación. En cambio, hay que consultar cuidadosamente cuanto tiempo se debe dejar de amamantar si lo que se va a practicar es una prueba con isótopos radioactivos (gammagrafía); en este caso, es conveniente haber tomado la precaución de extraer leche previamente para disponer de una reserva necesaria en días posteriores.

Con frecuencia la población recurre a productos de fitoterapia (productos de herbolario), ricos en principios activos farmacológicamente, pensando que son inofensivos debido a su origen natural. Sin embargo, muchos son ricos en flavonoides, con actividad estrogénica, por lo que disminuyen la producción láctea. Otros, tomados durante periodos largos de tiempo o a dosis elevadas, pueden ser tóxicos para la madre o el bebé. Por tanto, recomendamos consultar en www.e-lactancia.org antes de tomar algún producto de fitoterapia.

Los productos de homeopatía, debido a que ésta se basa en el principio de dilución infinitesimal, tienen muy poca cantidad de principio activo, por lo que en general son compatibles con la lactancia. Hay que

tener precaución porque en ocasiones el excipiente del medicamento es alcohólico, por lo que aunque el principio activo sea compatible con la lactancia, habría que elegir otra presentación.

En cuanto a drogas legales o ilegales, podemos tener tendencia a contraindicar la lactancia en cualquier caso, sin tener en cuenta que lo peor que le puede pasar a un lactante cuya madre fuma es que además no le dé pecho; o estar tan desinformados para decir que no pasa nada porque la madre fume marihuana ocasionalmente.

Dosis muy altas de nicotina pueden disminuir la producción de leche. Los hijos de madre fumadora tienen más riesgo de sufrir algunas enfermedades, como infecciones respiratorias, asma o muerte súbita, y más si además son alimentados con leche artificial. Todas las mujeres embarazadas y lactantes deben ser alentadas y ayudadas a dejar de fumar, pero si no puede dejar el hábito, debería fumar lo menos posible, preferentemente fuera de casa, y no hacerlo nunca delante del bebé, pero sobre todo que siga dando pecho. Es conveniente que la madre (o el padre, en su caso) se cambiara de ropa después de haber estado en contacto con el humo del tabaco y se lavara las manos, ya que contiene más de 3800 compuestos tóxicos, además de la nicotina.

Es recomendable no consumir alcohol o de forma muy moderada y ocasional. El consumo crónico ocasiona sedación, retraso del crecimiento y retraso psicomotor en los lactantes. Más de 0,5 g de alcohol por kg de peso (200 c.c. vino, 1/3 cerveza, 60 c.c. licor) reducen la producción de leche y pueden sedar al bebé. No se debe dar pecho hasta 3 horas después de haber bebido y no se debe practicar colecho porque hay riesgo de sofocación del lactante.

Tanto el alcoholismo como el resto de drogas de abuso alteran el juicio y la conducta, interfiriendo con la capacidad materna de cuidados adecuados de sí misma y de su hijo, haciendo peligrar la vida y salud de ambos.