



IABLE

Institute for the Advancement
of Breastfeeding &
Lactation Education



July, 2016
Over-The-Counter Medications While Breastfeeding
Medicamentos de Venta Libre Mientras se está Lactando

Pain	Para el dolor
Avoid products with aspirin	Evite los productos que contengan aspirina
Preferred medications are:	Los medicamentos recomendados son:
1) Acetaminophen, no more than 3000mg/24 hours	1) Acetaminofén, no más de 3000mg cada 24 horas.
2) Ibuprofen, no more than 800mg every 6 hours	2) Ibuprofeno, no más de 800mg cada 6 horas.
Naproxen (Alleve) is less ideal than Ibuprofen because Naproxen has a longer 1/2-life.	Naproxeno (Alleve) es menos ideal que el Ibuprofeno porque el Naproxeno tiene un período de duración de 1/2 más.
Cold Medications	Medicamentos para el resfriado
Avoid all products with decongestants such as pseudoephedrine and phenylephrine, because these can cause a significant decrease in milk supply.	Evite todos los productos que contengan descongestionantes como la pseudoefedrina y la fenilefrina, dado que pueden causar una disminución significativa en la producción de leche.
Preferred medications are:	Los medicamentos recomendados son:
1) Cough medicines with guaifenesin (such as plain Robitussin)	1) Medicamentos para la tos que contengan guaifenesina (como el Robitussin simple)
2) Cough medications with dextromethorphan (such as Robitussin DM).	2) Medicamentos para la tos que contengan dextrometorfano (como el Robitussin DM).
3) Nasal saline preparations	3) Soluciones salinas nasales.
4) Neti Pot	4) Rinocornio.

Allergy Medications	Medicamentos para la alergia
Preferred medications are:	Los medicamentos recomendados son:
1) Antihistamines such as loratadine (Claritin), fenofexadine (Allegra), or cetirizine (Zyrtec) for sneezing and itchy eyes/nose, itching and hives.	1) Antihistamínicos como la loratadina (Claritin), la fexofenadina (Allegra) o la cetirizina (Zyrtec) para estornudos y picazón en los ojos o nariz, picazón y urticaria.
Stronger antihistamines such as diphenhydramine (Benadryl) and chlorpheniramine (Chlortrimeton) occasionally can cause irritability in the baby and might reduce the milk supply in high doses.	Los antihistamínicos más fuertes como la difenhidramina (Benadryl) y la clorfeniramina (Clorotrimeton) en ocasiones pueden causar irritabilidad en el bebé y podrían reducir la producción de leche cuando se consume en dosis altas.
2) Nasal cromolyn sodium (Nasal crom)	2) Solución nasal de cromolín sódico (Nasal crom).
3) Topical OTC creams/ointments such as hydrocortisone	3) Cremas o ungüentos tópicos de venta libre, como la hidrocortisona.
Heartburn	Para la acidez estomacal
Preferred medications are:	Los medicamentos recomendados son:
1) Ranitidine (Zantac), famotidine (Pepcid)	1) La ranitidina (Zantac) y la famotidina (Pepcid).
2) Omeprazole (Prilosec), lansoprazole (Prevacid)	2) Omeprazol (Prilosec) y el lansoprazol (Prevacid).
Constipation	Para el estreñimiento
Preferred medications are:	Los medicamentos recomendados son:
1) Docusate Sodium, which are stool softeners.	1) El docusato de sodio, que es un suavizante fecal.
2) Milk of Magnesia	2) Leche de magnesio.
3) Glycolax (Miralax), which is polyethylene glycol. This is not likely to enter the breastmilk	3) Glycolax (Miralax), que es un laxante de polietilenglicol. Es improbable que ingrese en la leche materna.
4) Dulcolax (Bisacodyl)- none enters the breastmilk	4) Dulcolax (Bisacodyl), ninguno ingresa en la leche materna.
5) Psyllium- does not enter breastmilk	5) Psilio, no ingresa en la leche materna.

Diarrhea	Para la diarrea
Prescription lomotil (atropine/diphenoxylate) is not recommended during lactation.	No se recomienda la prescripción de Lomotil (atropina/difenoxilato) durante la lactancia materna.
Not much is known about anti-diarrheal medications during lactation, so it is best to use medications sparingly.	No se conoce mucho sobre los medicamentos antidiarreicos durante la lactancia, por lo que es mejor utilizar estos medicamentos con moderación.
Preferred medication:	Los medicamentos recomendados son:
1) Loperamide (Immodium), over-the-counter	1) Loperamida (Imodium), de venta libre.
Motion Sickness	Para los mareos
Preferred medications:	Los medicamentos recomendados son:
1) Meclizine (Bonine). Watch for infant sedation. In high doses, it could decrease maternal milk supply if used often.	1) Meclizina (Bonine). Se debe tener cuidado con la sedación infantil. En dosis altas, podría disminuir la producción de leche materna si se utiliza con frecuencia.
2) Dimenhydrinate (Dramamine). Watch for infant sedation. In high doses, it could decrease maternal milk supply if used often.	2) Dimenhidrinato (Dramamine). Se debe tener cuidado con la sedación infantil. En dosis altas, podría disminuir la producción de leche materna si se utiliza con frecuencia.