lacted.org

IABLE
Institute for the Advancement of Breastfeeding & Lactation Education

# Over-The-Counter Medications During Lactation
# Medicamentos de venta libre durante la lactancia

| Pain Medications | Medicamentos para el dolor |
|---|---|
| **Avoid products with aspirin**<br><br>**Preferred medications are:**<br>• Acetaminophen, no more than 3000mg/24 hours<br>• Ibuprofen, no more than 800mg every 6 hours<br>• Naproxen is less ideal than ibuprofen because naproxen has a longer 1/2-life. | **Evita los productos que contengan aspirina**<br><br>**Los medicamentos preferidos son:**<br>• Acetaminofén: no más de 3000 mg en 24 horas<br>• Ibuprofeno: no más de 800 mg cada 6 horas<br>• Naproxeno: es menos ideal que el ibuprofeno porque tiene una vida media más prolongada |
| **Cold Medications** | **Medicamentos para el resfriado** |
| **Avoid all oral and intranasal products with decongestants such as pseudoephedrine and phenylephrine, because these can cause a significant decrease in milk production.**<br><br>**Preferred medications are:**<br>• Guaifenesin for nasal congestion and cough<br>• Dextromethorphan for a cough<br>• Nasal saline preparations | **Evita todos los productos orales y nasales que contengan descongestionantes, como pseudoefedrina y fenilefrina, porque pueden causar una disminución considerable en la producción de leche.**<br><br>**Los medicamentos preferidos son:**<br>• Guaifenesina para la congestión nasal y la tos<br>• Dextrometorfano para la tos<br>• Preparaciones salinas nasales |
| **Allergy Medications** | **Medicamentos para las alergias** |
| **Preferred medications are:**<br>• Non-sedating antihistamines such as loratadine, fexofenadine or cetirizine for sneezing and itchy eyes/nose, itching and hives.<br>• Stronger antihistamines such as diphenhydramine and chlorpheniramine can cause irritability in the baby and might reduce the milk production in high doses or regular use.<br>• Nasal cromolyn sodium<br>• Nasal steroids | **Los medicamentos preferidos son:**<br>• Antihistamínicos que no causan sueño, como loratadina, fexofenadina o cetirizina, para los estornudos, la picazón en los ojos o la nariz, la picazón y las ronchas.<br>• Antihistamínicos más fuertes, como difenhidramina y clorfeniramina, pueden causar irritabilidad en el bebé y podrían disminuir la producción de leche cuando se usan en dosis altas o de manera regular.<br>• Cromoglicato de sodio nasal<br>• Esteroides nasales |

| | |
|---|---|
| • Topical steroid creams/ointments such as hydrocortisone | • Cremas o ungüentos con esteroides de uso tópico, como hidrocortisona |
| **Heartburn** | **Acidez estomacal** |
| **Preferred medications are:**<br>• Famotidine<br>• Omeprazole, lansoprazole<br>• Antacids such as calcium carbonate, magnesium hydroxide, aluminum hydroxide | **Los medicamentos preferidos son:**<br>• Famotidina.<br>• Omeprazol, lansoprazol.<br>• Antiácidos, como carbonato de calcio, hidróxido de magnesio e hidróxido de aluminio. |
| **Constipation** | **Estreñimiento** |
| **Preferred medications are:**<br>• Docusate Sodium stool softeners<br>• Magnesium hydroxide<br>• Polyethylene glycol<br>• Bisacodyl<br>• Fiber supplements such as psyllium, calcium polycarbophil, methylcellulose fiber, wheat dextrin<br>• Magnesium citrate<br>• Senna | **Los medicamentos preferidos son:**<br>• Docusato de sodio, ablandador de heces<br>• Hidróxido de magnesio<br>• Polietilenglicol<br>• Bisacodilo<br>• Suplementos de fibra, como psyllium, policarbofilo de calcio, fibra de metilcelulosa y dextrina de trigo<br>• Citrato de magnesio<br>• Senna |
| **Diarrhea** | **Diarrea** |
| **Preferred medications are:**<br>• Loperamide Bismus subsalicylate, when used occasionally.<br>• Regular use can increase salicylate levels in the infant and cause metabolic acidosis. | **Los medicamentos preferidos son:**<br>• Loperamida y subsalicilato de bismuto, cuando se usan ocasionalmente.<br>• El uso regular puede aumentar los niveles de salicilatos en el bebé y causar acidosis metabólica. |
| **Motion Sickness** | **Mareo por movimiento** |
| **Preferred medications are:**<br>• Meclizine. Watch for infant sedation. It may reduce milk production with high doses or regular use.<br>• Dimenhydrinate (Dramamine). It may reduce milk production with high doses or regular use. | **Los medicamentos preferidos son:**<br>• Meclizina. Observa si el bebé presenta somnolencia. Puede disminuir la producción de leche cuando se usa en dosis altas o de manera regular.<br>• Dimenhidrinato (Dramamine). Puede disminuir la producción de leche cuando se usa en dosis altas o de manera regular. |